

SYSTEME D'AIDE AUX ATHLETES DU CABW DAMES

au 10 décembre 2009

Tout athlète ayant réalisé, sous le maillot de club ou national Belge, un des minimas du tableau ci après, est considérée comme élite du club. Il entre donc dans le système des bourses de préparation pour l'année suivante, conformément au règlement "d'aide aux athlètes".

DAMES	Catégorie A 17 pts	Catégorie B 12 pts	Catégorie C 7 pts	Catégorie D 5 pts	Catégorie E 3 pts	Catégorie F 1 pt
60 M INDOOR	7"24	7"34	7"44	7"64	7"84	7"94
100 M	11"14	11"34	11"54	11"84	12"04	12"24
200 M	22"74	23"14	23"74	24"24	24"74	25"24
400 M	51"24	52"04	53"44	54"74	56"04	57"64
800 M	1'59"84	2'01"84	2'06"00	2'10"00	2'13"00	2'17"00
1000 M	2'35"70	2'38"50	2'42"00	2'46"00	2'50"00	2'54"00
1500 M	4'06"00	4'11"00	4'21"00	4'28"00	4'35"00	4'41"00
3000 M	8'53"00	9'05"00	9'20"00	9'35"00	9'50"00	10'05"00
5000 M	15'10"00	15'30"00	16'30"00	17'00"00	17'20"00	17'40"00
10 000 M	31'40	32'40	34'00	35'00	36'00	37'00
20 KM	1h06'40	1h08'25	1h11'00	1h13'30	1h16'00	1h18'00
SEMI-MARATHON	1h10'00	1h12'00	1h14'30	1h17'00	1h19'30	1h22'00
MARATHON	2h29'00	2h32'00	2h40'00	2h48'00	2h56'00	3h04'00
100 KM	8h05	8h25	8h45	9h00	9h15	9h30
60 M HAIES	7"99	8"22	8"54	8"74	8"94	9"24
100 M HAIES	12"84	13"24	13"64	14"04	14"44	14"84
400 M HAIES	55"84	56"84	59"04	61"44	63"44	65"44
3000 M STEEPLE	9'30"00	9'40"00	10'00"00	10'20"00	10'40"00	10'50"00
HAUTEUR	1m92	1m86	1m80	1m76	1m72	1m68
PERCHE	4m50	4m30	4m20	3m90	3m60	3m40
LONGUEUR	6m70	6m50	6m30	6m00	5m80	5m60
TRIPLE-SAUT	14m30	14m00	13m20	12m60	12m00	11m50
POIDS	18m00	17m00	15m00	14m00	13m00	12m00
DISQUE	60m00	57m00	50m00	46m00	43m00	41m00
MARTEAU	70m00	67m00	60m00	56m00	53m00	50m00
JAVELOT	59m00	56m00	50m00	46m00	43m00	40m00
PENTATHLON	4500 pts	4300 pts	3800 pts	3500 pts	3250 pts	3000 pts
HEPTATHLON	6200 pts	5900 pts	5400 pts	5000 pts	4700 pts	4400 pts
DECATHLON	8200 pts	7700 pts	7000 pts	6500 pts	6000 pts	5500 pts
3 KM MARCHE	12'18"00	12'45"00	14'20"00	14'50"00	15'10"00	15'40"00
5 KM MARCHE	21'15"00	22'30"00	24'20"00	25'00"00	26'00"00	26'45"00
10 KM MARCHE	45'00	47'00	51'00	52'30	54'00	56'00
20 KM MARCHE	1h32'00	1h36'30	1h46'00	1h48'88	1h50'00	1h55'00