



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

### 55m

FM	<b>7.96</b>	<b>Jamie Ryan</b>	<b>Dartmouth Relays</b>	<b>10 jan. 2009</b>
Fjr	<b>7.87</b>	<b>Caroline Bernard</b>	<b>Dartmouth Relays</b>	<b>09 jan. 2010</b>
	7.89	Caroline Poirier	Dartmouth Relays	09 jan. 2016
	7.92	Vanessa Laporte	Dartmouth Relays	09 jan. 2016
Gjr	<b>6.90</b>	<b>Christopher Guessan</b>	<b>Dartmouth Relays</b>	<b>09 jan. 2016</b>
	7.06	Mathieu Payant	Dartmouth Relays	09 jan. 2016
	7.46	Jonathan Mukishi	Dartmouth Relays	09 jan. 2016

### 60m

FM	<b>8.33 (p)</b>	<b>Regina Remadji</b>	<b>Défi hivernal Louis-Riel</b>	<b>17 fév. 2012</b>
	8.35 (f)	Regina Remadji	Défi hivernal Louis-Riel	17 fév. 2012
	8.36 (p & f)	Lia Hendricks	Défi hivernal Louis-Riel	17 fév. 2012
Fjr	<b>8.27</b>	<b>Haïsha Cantave</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>04 déc. 2008</b>
	8.29(f)	Kaitlyn Ball	CAIFO 2014	13 fév. 2014
	8.38(p)	Kaitlyn Ball	CAIFO 2014	13 fév. 2014
FSr	<b>8.11</b>	<b>Kaitlyn Ball</b>	<b>Course des lutins L-Riel</b>	<b>11 déc. 2014</b>
	8.13(f)	Regnia Remadji	CAIFO 2015	12 fév. 2015
	8.17	Haisha Cantave	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009
GM	<b>7.65 (f)</b>	<b>Joel McDonald</b>	<b>uOttawa WinterNational</b>	<b>13 fév. 2010</b>
	7.66 (f)	Jonathan Mufuta	Course des lutins Louis-Riel	13 déc. 2012
	7.73 (p)	Joel McDonald	uOttawa WinterNational	13 fév. 2010
Gjr	<b>7.35</b>	<b>David Nsabua</b>	<b>Inv. Hivernal de la Cap. Nat'l</b>	<b>02 fév. 2009</b>
	7.43	Christopher Guessan	Course des lutins LRiel	10 déc. 2015
	7.48 (f)	Christopher Guessan	CAIFO 2016	10 mar. 2016
	7.48 (p)	Christopher Guessan	CAIFO 2016	10 mar. 2016
GSr	<b>7.41</b>	<b>Joël McDonald</b>	<b>Carnaval sur piste Louis-Riel</b>	<b>30 jan. 2014</b>
	7.43	Cédrik Munyenga	Classique Louis-Riel	04 déc. 2008
	7.44	Nathan Charron	CAIFO 2014	13 fév. 2014

### 100m

FM	<b>12.91</b>	<b>Lia Hendricks</b>	<b>Louis-Riel Last Indoor Inv.</b>	<b>27 avr. 2012</b>
	13.00	Tania Bambi	Dôme HSM Series 5	23 avr. 2009
	13.03	Lia Hendricks	Dôme HSM Series 5	25 avr. 2012
Fjr	<b>12.80</b>	<b>Regina Remadji</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>25 avr. 2013</b>
	12.84	Regina Remadji	Dôme HSM Series 2	04 avr. 2013
	13.00	Haïsha Cantave	Dôme HSM Series 5	23 avr. 2009
FSr	<b>13.06</b>	<b>Kaitlyn Ball</b>	<b>Course des lutins L-Riel</b>	<b>11 déc. 2014</b>
	13.46 (p)	Asha Mohiddin	Louis-Riel Last Indoor Inv.	27 avr. 2012
	13.49	Andréa Ndikumasabo	Dôme HSM Series 5	24 avr. 2014
	13.50 (f)	Asha Mohiddin	Louis-Riel Last Indoor Inv.	27 avr. 2012
GM	<b>11.90</b>	<b>Jonathan Mufuta</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>25 avr. 2013</b>
	11.96	Jonathan Mufuta	Dôme HSM Series 4	18 avr. 2013
	11.99	Jonathan Mufuta	Dôme HSM Series 1	27 mar. 2013
Gjr	<b>11.68</b>	<b>Christopher Guessan</b>	<b>Course des lutins LRiel</b>	<b>10 déc. 2015</b>
	11.81	Nicholas Renaud	Course des lutins Louis-Riel	12 déc. 2013
	11.83	Benjamin Dufour	Course des lutins Louis-Riel	12 déc. 2013
GSr	<b>11.47</b>	<b>Schneider Olivier</b>	<b>Dôme HSM Series 1</b>	<b>27 mar. 2009</b>
	11.52	Joël McDonald	Dôme HSM Series 5	25 avr. 2013
	11.53	David Nsabua	Dôme HSM Series 1	01 avr. 2011

### 150m

FM	<b>20.61</b>	<b>Tania Bambi</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>04 déc. 2008</b>
	20.76	Caroline Bernard	Classique Louis-Riel	04 déc. 2008



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

		21.43	Julianna Moore	CAIFO 2015	12 fév. 2015
Fjr		<b>19.64</b>	<b>Haïsha Cantave</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>04 déc. 2008</b>
		20.32	Régina Remadji	Carnaval sur piste Louis-Riel	31 jan. 2013
		21.13	Chloé Choquette	Classique Louis-Riel	04 déc. 2008
FSr		<b>19.96</b>	<b>Régina Rémadji</b>	<b>CAIFO 2015</b>	<b>12 fév. 2015</b>
		20.22	Régina Rémadji	CAIFO 2014	13 fév. 2014
		20.30	Véronique Landriault	CAIFO 2015	12 fév. 2015
GM		<b>18.48</b>	<b>Joel McDonald</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>10 déc. 2009</b>
		18.53	Joel McDonald	Série Super Samedi #2	16 jan. 2010
		18.80	Dawood Jama	CAIFO 2014	13 fév. 2014
Gjr		<b>17.43</b>	<b>Christopher Guessan</b>	<b>Épreuves Combinées LRiel</b>	<b>11 fév. 2016</b>
		17.57	Christopher Guessan	CAIFO 2016	10 mar. 2016
		17.83	Japhet Divita	Épreuves Combinées LRiel	11 fév. 2016
GSr		<b>17.32</b>	<b>Bedi Ndinsil</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
		17.65	Japhet Divita (Jr)	CAIFO 2016	10 mar. 2016
		17.72	Cédrick Munyenga	Classique Louis-Riel	04 déc. 2008
200m					
FM		26.50	Lia Hendricks	Louis-Riel Last Indoor Inv.	27 avr. 2012
		26.76	Lia Hendricks	LR "Here We Go!" Meet	21 mar. 2012
		26.82	Lia Hendricks	Dôme HSM Series 2	04 avr. 2012
Fjr		<b>26.53</b>	<b>Haïsha Cantave</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>02 avr. 2009</b>
		27.00	Caroline Bernard	Dôme HSM Series 2	07 avr. 2010
		27.14	Haïsha Cantave	Challenge Louis-Riel	06 mar. 2009
FSr		<b>27.14</b>	<b>Haïsha Cantave</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>22 avr. 2010</b>
		27.39	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 2	04 avr. 2012
		27.50	Amanda McKinnon	LR "Here We Go!" Meet	21 mar. 2012
GM		<b>24.52</b>	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>17 avr. 2008</b>
		24.65	Mathieu Payant	Défi hivernal Louis-Riel	05 fév. 2015
		24.93	Gabriel S-Martin	Dôme HSM Series 2	03 avr. 2008
Gjr		<b>23.75</b>	<b>Joël McDonald</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>07 avr. 2011</b>
		23.91	Joël McDonald	Dôme HSM Series 6	06 mai 2010
		24.29	Gabriel S-Martin	Dôme HSM Series 2	02 avr. 2009
GSr		<b>23.15</b>	<b>Schneider Olivier</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>16 avr. 2009</b>
		23.17	David Nsabua	Dôme HSM Series 4	22 avr. 2010
		23.25	David Nsabua	Dôme HSM Series 4	20 avr. 2011
300m					
FM		<b>42.87</b>	<b>Regina Remadji</b>	<b>Défi hivernal Louis-Riel</b>	<b>17 fév. 2012</b>
		44.92	Lia Hendricks	Défi hivernal Louis-Riel	17 fév. 2012
		45.33	Amanda McKinnon	Classique Louis-Riel	04 déc. 2008
Fjr		<b>45.79</b>	<b>Caroline Poirier</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
		47.03	Kalie Rhéaume	CAIFO 2016	10 mar. 2016
		47.45	Lila Ndinsil	CAIFO 2016	10 mar. 2016
FSr		<b>44.50</b>	<b>Véronique Landriault</b>	<b>CAIFO 2015</b>	<b>12 fév. 2015</b>
		46.03	Chloé Choquette	Dartmouth Relays	09 jan. 2010
		46.24	Chloé Choquette	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009
GM		<b>38.24</b>	<b>Japhet Divita</b>	<b>CAIFO 2015</b>	<b>12 fév. 2015</b>
		38.74	Joel McDonald	uOttawa WinterNational	13 fév. 2010
		39.42	Joel McDonald	Série Super Samedi #2	16 jan. 2010
Gjr		<b>37.65</b>	<b>Joël McDonald</b>	<b>Inv. hivernale uOttawa</b>	<b>12 fév. 2011</b>
		38.00	Bedi Ndinsil	CAIFO 2014	13 fév. 2014
		38.10	Joël McDonald	Série Super Samedi #2	15 jan. 2011



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

400m	GSr	<b>36.16</b> 37.21 37.64	<b>Bedi Ndinsil</b> Joël McDonald Luckenson Adeya	<b>CAIFO 2016</b> Carnaval sur piste Louis-Riel Rébellion sur piste L-R	<b>10 mar. 2016</b> 30 jan. 2014 03 mar. 2016		
	FM	<b>60.57</b> 61.06 61.92	<b>Amanda McKinnon</b> Amanda McKinnon Amanda McKinnon	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 5 Dôme HSM Series 1	<b>08 avr. 2009</b> 23 avr. 2009 27 mar. 2009		
		Fjr	<b>59.30</b> 60.07	<b>Amanda McKinnon</b> Amanda McKinnon	<b>Dôme HSM Series 5</b> Dôme HSM Series 3	<b>22 avr. 2010</b> 15 avr. 2010	
			60.12	Amanda McKinnon	Série Super Samedi #3	06 mar. 2010	
	FSr	<b>59.32</b> 60.17 60.59	<b>Amanda McKinnon</b> Amanda McKinnon Amanda McKinnon	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 1 LR "Here We Go!" Meet	<b>14 avr. 2011</b> 01 avr. 2011 21 mar. 2012		
		GM	<b>53.23</b> 53.78 54.50	<b>Bedi Ndinsil</b> Joël McDonald Japhet Divita	<b>Dôme HSM Series 5</b> Dôme HSM Series 3 Dôme HSM Series 1	<b>25 avr. 2013</b> 15 avr. 2010 02 avr. 2015	
			Gjr	<b>52.22</b> 52.47	<b>Joël McDonald</b> Joël McDonald	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 1	<b>14 avr. 2011</b> 01 avr. 2011
	52.79			Bedi Ndinsil	Dôme HSM Series 5	24 avr. 2014	
	GSr	<b>50.55</b> 51.32 51.43	<b>Joël McDonald</b> Bedi Ndinsil Bedi Ndinsil	<b>Dôme HSM Series 5</b> Course des lutins LRiel Dartmouth Relays	<b>25 avr. 2013</b> 10 déc. 2015 09 jan. 2016		
		600m	FM	<b>2:00.77</b> 2:03.29	<b>Amanda McKinnon</b> Bilan Khadar	<b>Classique Louis-Riel</b> CAIFO 2016	<b>04 déc. 2008</b> 10 mar. 2016
				Fjr	<b>1:42.51</b> 1:43.21	<b>Amanda McKinnon</b> Amanda McKinnon	<b>uOttawa WinterNational</b> Dartmouth Relays
	1:52.43				Mélanie Campeau	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009
FSr	<b>1:57.10</b> 2:09.66	<b>Renata Kingston</b> Casey Gervais	<b>CAIFO 2016</b> Classique Louis-Riel	<b>10 mar. 2016</b> 10 déc. 2009			
	GM	<b>1:37.82</b> 1:38.35 1:40.74	<b>Alexandre St-Denis</b> Alexandre St-Denis Joël Brazeau	<b>CAIFO 2014</b> Carnaval sur piste Louis-Riel Défi hivernal Louis-Riel	<b>13 fév. 2014</b> 30 jan. 2014 17 fév. 2012		
		Gjr	<b>1:45.38</b> <b>1:29.68</b> 1:36.43	<b>Felix Robillard</b> <b>Joël McDonald</b> Félix Robillard	<b>Carnaval sur piste Louis-Riel</b> <b>Inv. hivernale uOttawa</b> Carnaval sur piste Louis-Riel	<b>31 jan. 2013</b> <b>12 fév. 2011</b> 30 jan. 2014	
1:48.05			Desmond Mills	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009		
GSr	<b>1:25.76</b> 1:27.27 1:30.14	<b>Abdoul Diaby</b> Luckenson Adeya Joël Roy-Couvillon	<b>Classique Louis-Riel</b> CAIFO 2015 Carnaval sur piste Louis-Riel	<b>10 déc. 2009</b> 12 fév. 2015 30 jan. 2014			
	800m	FM	<b>2:36.96</b> 2:46.02 2:47.52	<b>Stéphanie Gould</b> Melody-Faith Larocque Erin Kral	<b>Dôme HSM Series 4</b> Défi hivernal Louis-Riel Course des lutins L-Riel	<b>17 avr. 2008</b> 15 fév. 2013 15 déc. 2011	
			Fjr	<b>2:31.02</b> 2:35.13	<b>Mélanie Campeau</b> Kayla Adamek	<b>Dôme HSM Series 6</b> Dôme HSM Series 2	<b>06 mai 2010</b> 07 avr. 2011
2:45.72				Cara Chartrand	Dôme HSM Series 2	03 avr. 2008	
FSr		<b>2:34.34</b> 2:41.20 2:43.34	<b>Amanda McKinnon</b> Brittany Mills Camille Bean	<b>Classique Louis-Riel</b> Dôme HSM Series 4 Dôme HSM Series 6	<b>09 déc. 2010</b> 16 avr. 2014 06 mai 2010		
		GM	<b>2:09.24</b> 2:10.65	<b>Mohamed Souleiman</b> Gabriel S-Martin	<b>Dôme HSM Series 2</b> Dôme HSM Series 2	<b>03 avr. 2008</b> 03 avr. 2008	



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

		2:10.79	Jonathan Rioux	Défi hivernal Louis-Riel	05 fév. 2015
GJr		<b>2:02.73</b>	<b>Mohamed Souleiman</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>16 avr. 2009</b>
		2:03.77	Mohamed Souleiman	Dôme HSM Series 2	02 avr. 2009
		2:05.89	Mohamed Souleiman	Dartmouth Relays	10 jan. 2009
GSr		<b>1:59.63</b>	<b>Joël McDonald</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>18 avr. 2013</b>
		1:59.71	Abdoul Diaby	Dôme HSM Series 4	22 avr. 2010
		2:00.71	Vincent Moricz	Course des lutins LRiel	10 déc. 2015
<b>1000m</b>					
FM		<b>3:19.26</b>	<b>Mélanie Campeau</b>	<b>Dartmouth Relays</b>	<b>09 jan. 2010</b>
		3:24.23	Megan Roy (Inter.)	CAIFO 2016	10 mar. 2016
		3:53.49	Ashley Héroux	CAIFO 2014	13 fév. 2014
Fjr		<b>3:54.17</b>	<b>Catherine Guérin</b>	<b>CAIFO 2014</b>	<b>13 fév. 2014</b>
		3:54.35	Maranatha Tesfaye	Multi-Louis Invite	22 nov. 2013
		3:54.45	Maranatha Tesfay	CAIFO 2014	13 fév. 2014
FSr		<b>3:34.48</b>	<b>Brittany Mills</b>	<b>Multi-Louis Invite</b>	<b>22 nov. 2013</b>
		3:37.27	Renata Kingston	Rébellion sur piste L-R	03 mar. 2016
		3:38.33	Emily Héroux	Multi-Louis Invite	22 nov. 2013
GM		<b>2:48.15</b>	<b>Jonathan Rioux</b>	<b>Multi-Louis</b>	<b>19 nov. 2014</b>
		3:14.48	Jonathan Laidlaw	Multi-Louis	19 nov. 2014
		3:36.35	Jace Toulouse	Multi-Louis	19 nov. 2014
GJr		<b>2:45.31</b>	<b>Jonathan Rioux</b>	<b>Rébellion sur piste L-R</b>	<b>03 mar. 2016</b>
		2:46.80	Jonathan Rioux	CAIFO 2016	10 mar. 2016
		2:52.38	Félix Robillard	CAIFO 2014	13 fév. 2014
GSr		<b>2:39.26</b>	<b>Luckenson Adeya</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
		2:40.71	Luckenson Adeya	Multi-Louis	19 nov. 2014
		2:41.82	Luckenson Adeya	CAIFO 2014	13 fév. 2014
<b>1500m</b>					
FM		<b>5:30.87</b>	<b>Stéphanie Gould</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>24 avr. 2008</b>
		5:44.95	Kiana Deland	Dôme HSM Series 1	28 mar. 2012
		5:48.26	Noémie B-Moya	Dôme HSM Series 3	15 avr. 2010
Fjr		<b>5:11.99</b>	<b>Mélanie Campeau</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>29 avr. 2010</b>
		5:12.12	Mélanie Campeau	Dôme HSM Series 3	15 avr. 2010
		5:26.51	Kayla Adamek	Dôme HSM Series 3	14 avr. 2011
FSr		<b>5:26.31</b>	<b>Brittany Mills</b>	<b>Rebellion sur piste L-R</b>	<b>6 mar. 2013</b>
		5:31.16	Brittany Mills	Dôme HSM Series 5	25 avr. 2013
		5:35.49	Émilie Héroux	Rebellion sur piste Louis-Riel	6 mar. 2013
GM		<b>4:26.52</b>	<b>Jonathan Rioux</b>	<b>Dôme HSM Series 3</b>	<b>17 avr. 2015</b>
		4:32.87	Mohamed Souleiman	Dôme HSM Series 3	10 avr. 2008
		4:35.57	Mohamed Souleiman	Dôme HSM Series 1	28 mar. 2008
		4:40.45	Félix Robillard	Dôme HSM Series 5	25 avr. 2013
GJr		<b>4:21.97</b>	<b>Luckenson Adeya</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>25 avr. 2013</b>
		4:29.62	Félix Robillard	Dôme HSM Series 1	28 mar. 2014
		4:38.80	Luckenson Adeya	Dôme HSM Series 3	11 avr. 2013
GSr		<b>4:25.05</b>	<b>Luckenson Adeya</b>	<b>Dôme HSM Series 3</b>	<b>10 avr. 2014</b>
		4:25.23	Luckenson Adeya	Dôme HSM Series 1	28 mar. 2014
		4:26.74	Luckenson Adeya	Dôme HSM Series 1	02 avr. 2015
<b>1600m</b>					
FM		<b>5:44.04</b>	<b>Mélanie Campeau</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>04 déc. 2008</b>
		6:20.57	Ashley Héroux	Carnaval sur piste Louis-Riel	30 jan. 2014
		6:34.80	Émilie Toussignant	Classique Louis-Riel	04 déc. 2008
Fjr		<b>5:32.02</b>	<b>Mélanie Campeau</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>10 déc. 2009</b>



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

	6:06.77	Maranatha Tesfaye	Carnaval sur piste Louis-Riel	30 jan. 2014
	6:14.80	Catherine Guerin	Carnaval sur piste Louis-Riel	30 jan. 2014
FSr	<b>6:08.69</b>	<b>Brittany Mills</b>	<b>Carnaval sur piste Louis-Riel</b>	<b>30 jan. 2014</b>
	6:10.67	Emily Heroux	Carnaval sur piste Louis-Riel	30 jan. 2014
GM	<b>5:12.70</b>	<b>Félix Robillard</b>	<b>Carnaval sur piste Louis-Riel</b>	<b>31 jan. 2013</b>
	5:15.53	Zachary Sukunda	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009
	5:35.30	Haydn Bechtold	Carnaval sur piste Louis-Riel	31 jan. 2013
Gjr	<b>4:45.35</b>	<b>Mohamed Souleiman</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>04 déc. 2008</b>
	4:56.60	Félix Robillard	Carnaval sur piste Louis-Riel	30 jan. 2014
	5:04.90	Luckenson Adeya	Carnaval sur piste Louis-Riel	31 jan. 2013
GSr	<b>4:44.82</b>	<b>Abdoul Diaby</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>10 déc. 2009</b>
	4:54.81	Luckenson Adeya	Carnaval sur piste Louis-Riel	30 jan. 2014
	4:54.92	Pierre Viau	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009
<b>3000m</b>				
FM	<b>9:41.85</b>	<b>Megan Roy (Inter.)</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
	<b>12:46.50</b>	<b>Ashley Héroux</b>	<b>CAIFO 2014</b>	<b>13 fév. 2014</b>
	12:47.84	Kiana Deland	Dôme HSM Series 2	04 avr. 2012
Fjr	<b>11:25.11</b>	<b>Mélanie Campeau</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>07 avr. 2010</b>
	11:50.05	Kayla Adamek	Dôme HSM Series 2	07 avr. 2011
	12:10.30	Anais Robert	Dôme HS Meet Series 4	20 avr. 2011
FSr	<b>11:59.12</b>	<b>Ashley Polacek</b>	<b>Compétition «Get Set!» LR</b>	<b>20 mar. 2013</b>
	12:35.13	Emily Héroux	Dôme HSM Series 4	16 avr. 2014
	12:38.14	Emily Héroux	Dôme HSM Series 2	03 avr. 2014
GM	<b>9:24.66</b>	<b>Jonathan Rioux</b>	<b>Toonie Meet LRiel</b>	<b>12 mar. 2015</b>
	9:25.47	Jonathan Rioux	Dôme HSM Series 2	10 avr. 2015
	10:02.56	Jonathan Rioux (Int.)	Dôme HSM Series 4	16 avr. 2014
	10:07.59	Jonathan Rioux (Int.)	Dôme HSM Series 2	03 avr. 2014
Gjr	<b>9:26.71</b>	<b>Mahad Ali</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
	9:27.04	Félix Robillard	Dôme HSM Series 2	03 avr. 2014
	9:32.20	Félix Robillard	Dôme HSM Series 4	16 avr. 2014
GSr	<b>9:43.40</b>	<b>Luckenson Adeya</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>03 avr. 2014</b>
	9:44.10	Abdoul Diaby	Dome Distance Dance	20 nov. 2009
	9:50.50	Luckenson Adeya	CAIFO 2014	13 fév. 2014
<b>55m Haies</b>				
FM	<b>10.19</b>	<b>Chloé Choquette</b>	<b>Dartmouth Relays</b>	<b>09 jan. 2010</b>
GSr	<b>7.13</b>	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Dartmouth Relays</b>	<b>09 jan. 2010</b>
<b>60m Haies</b>				
FM	<b>10.83</b>	<b>Kadiatou Wan</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
	12.00	Kadiatou Wann	Rébellion sur piste L-R	03 mar. 2016
	12.96	Aida Daoud	CAIFO 2015	12 fév. 2015
	13.13	Téa Nurse	CAIFO 2015	12 fév. 2015
Fjr	<b>9.68</b>	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Série Super Samedi #3</b>	<b>06 mar. 2010</b>
	10.95	Stéphanie Lalonde	CAIFO 2016	10 mar. 2016
	11.55	Stéphanie Lalonde	Rébellion sur piste L-R	03 mar. 2016
FSr	<b>9.93</b>	<b>Kaitlyn Ball</b>	<b>Rébellion sur piste L-R</b>	<b>03 mar. 2016</b>
	9.98	Kaitlyn Ball	CAIFO 2015	12 fév. 2015
	10.18	Amanda McKinnon	Classique Louis-Riel	09 déc. 2010
GM	<b>10.86</b>	<b>Benjamin Dufour</b>	<b>Rebellion sur piste L-Riel</b>	<b>6 mar. 2013</b>
	11.25	Alex Henri	Classique Louis-Riel	10 déc. 2009
	11.68	Vladimir Pierre	CAIFO 2014	13 fév. 2014
Gjr	<b>9.28</b>	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>04 déc. 2008</b>



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

		10.09	Benjamin Dufour	CAIFO 2014	13 fév. 2014
		10.48	Pierre Lalande	Série Super Samedi I	15 déc. 2007
	GSr	10.61	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Classique Louis-Riel</b>	<b>10 déc. 2009</b>
<b>80m Haies</b>					
	FM	13.81	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Dôme HSM Series 3</b>	<b>08 avr. 2009</b>
		13.95	Amanda McKinnon	Challenge Louis-Riel	06 mar. 2009
		14.45	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 5	23 avr. 2009
	Fjr	13.05	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Dôme HSM Series</b>	<b>15 avr. 2010</b>
		13.08	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series I	31 mar. 2010
		13.90	Chloé Choquette	Dôme HSM Series I	27 mar. 2009
<b>100m Haies</b>					
	FSr	16.58	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Dôme HSM Series I</b>	<b>01 avr. 2011</b>
		17.72	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 3	14 avr. 2011
		18.27	Chloé Choquette	Dôme HSM Series I	31 mar. 2010
	GM	17.17	<b>Benjamin Dufour</b>	<b>Dôme HSM Series I</b>	<b>27 mar. 2013</b>
		17.18	Garbriel S-Martin	Dôme HSM Series 3	10 avr. 2008
		18.31	Maxime Gosselin	Dôme HSM Series I	27 mar. 2013
	Gjr	15.91	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Challenge Louis-Riel</b>	<b>06 mar. 2009</b>
		16.69	Benjamin Dufour	Dôme HSM Series I	28 mar. 2014
		16.85	Benjamin Dufour	Dôme HSM Series 5	24 avr. 2014
<b>300m Haies</b>					
	FM	48.94	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>16 avr. 2009</b>
		49.83	Chloé Choquette	Dôme HSM Series 4	17 avr. 2008
		50.30	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 2	02 avr. 2009
	Fjr	47.42	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>22 avr. 2010</b>
		48.82	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 2	07 avr. 2010
		50.36	Chloé Choquette	Dôme HSM Series 4	16 avr. 2009
	FSr	45.71	<b>Amanda McKinnon</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>07 avr. 2011</b>
		46.12	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 4	20 avr. 2011
		46.49	Amanda McKinnon	Dôme HSM Series 2	04 avr. 2012
	GM	43.47	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>17 avr. 2008</b>
		44.23	Morgan Lewis	Dôme HSM Series 6	06 mai 2010
		44.54	Morgan Lewis	Dôme HSM Series 4	22 avr. 2010
	Gjr	42.82	<b>Gabriel S-Martin</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>02 avr. 2009</b>
		43.24	Benjamin Dufour	Dôme HSM Series 4	16 avr. 2014
		43.42	Benjamin Dufour	Dôme HSM Series 2	03 avr. 2014
	GSr	47.06	<b>Tarik El Hadj Kacem</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>22 avr. 2010</b>
		47.11	Phil Bergeron	Dôme HSM Series 4	22 avr. 2010
		47.15	Pierre Lalande	Dôme HSM Series 2	07 avr. 2010
<b>1500m Steeple (Open)</b>					
	F	5:49.02	<b>Anaïs Robert</b>	<b>Dôme HSM Series 6</b>	<b>06 mai 2010</b>
		5:51.83	Anaïs Robert	Dôme HSM Series 3	14 avr. 2011
		5:55.34	Émilie Héroux	Dôme HSM Series 3	11 avr. 2013
	G	4:29.90	<b>Marc Lefebvre</b>	<b>Dôme HSM Series 3</b>	<b>15 avr. 2010</b>
		4:32.99	Marc Lefebvre	Dôme HSM Series I	31 mar. 2010
		4:34.90	Luckenson Adeya	Dôme HSM Series 2	10 avr. 2015
<b>Saut en hauteur</b>					
	FM	1.41m	<b>Kadiatou Wan</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
		1.35m	Amanda McKinnon	Série Super Samedi #2	24 jan. 2009



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

	1.30m	Bianca Breiding	Course des lutins L-Riel	15 déc. 2011
Fjr	1.41m	<b>Vanessa Laporte</b>	<b>CAIFO 2016</b>	<b>10 mar. 2016</b>
	1.35m	Anaïs Robert	Dôme HSM Series 4	20 avr. 2011
FSr	1.45m	<b>Anaïs Robert</b>	<b>Course des lutins L-Riel</b>	<b>15 déc. 2011</b>
	1.40m	Emily Héroux	Dôme HSM Series 3	10 avr. 2014
	1.40m	Emily Héroux	CAIFO 2014	13 fév. 2014
MB	<b>1.89m</b>	<b>Tony N'Zoigba</b>	<b>Dôme HSM Series 1</b>	<b>28 mar. 2012</b>
	1.85m	David Nsabua	Dôme HSM Series 3	10 avr. 2008
	1.85m	Tony N'Zoigba	Dôme HSM Series 3	12 avr. 2012
	1.80m	David Nsabua	Dôme HSM Series 5	24 avr. 2008
	1.80m	Tony N'Zoigba	Course des lutins L-Riel	15 déc. 2011
Gjr	<b>1.85m</b>	<b>David Nsabua</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>23 avr. 2009</b>
	1.80m	David Nsabua	Dôme HSM Series 1	27 mar. 2009
	1.60m	Matthew Renaud	Dôme HSM Series 3	12 avr. 2012
	1.60m	Emanuel Phineus	Course des lutins L-Riel	15 déc. 2011
	1.60m	Tristan Lefebvre	Dôme HSM Series 1	28 mar. 2008
GSr	<b>1.75m</b>	<b>Nathan Charron</b>	<b>CAIFO 2014</b>	<b>13 fév. 2014</b>
	1.73m	Khaleem Sarazin	CAIFO 2016	10 mar. 2016
	1.70m	Justin Bourgeois	Course des lutins L-Riel	15 déc. 2011
<b>Saut à la perche</b>				
Fjr	<b>2.25m</b>	<b>Chloé Choquette</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>16 avr. 2009</b>
GM	<b>2.45m</b>	<b>Justin Hurteau</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>25 avr. 2012</b>
Gjr	<b>3.05m</b>	<b>Dominique Leduc</b>	<b>Dôme HSM Series 3</b>	<b>11 avr. 2013</b>
	2.75m	Justin Hurteau	Dôme HSM Series 5	25 avr. 2013
	2.60m	Dominique Leduc	Dôme HSM Series 5	25 avr. 2013
GSr	<b>3.35m</b>	<b>Eric Stewart</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>25 avr. 2012</b>
<b>Saut en longueur</b>				
FM	<b>4.85m</b>	<b>Annabelle Gagné</b>	<b>Toonie Meet LRiel</b>	<b>12 mar. 2015</b>
	4.60m	Annabelle Gagné	Défi hivernal Louis-Riel	05 fév. 2015
	4.55m	Vanessa Laporte	Toonie Meet LRiel	12 mar. 2015
Fjr	<b>4.79m</b>	<b>Haïsha Cantave</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>02 avr. 2009</b>
	4.70m	Annabelle Gagné	Rébellion sur piste L-R	03 mar. 2016
	4.44m	Asha Mohiddin	Dôme HSM Series 2	07 avr. 2011
FSr	<b>5.06m</b>	<b>Asha Mohiddin</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>04 avr. 2013</b>
	5.04m	Asha Mohiddin	Compétition «Get Set!» LR	20 mar. 2013
	4.90m	Asha Mohiddin	Défi hivernal Louis-Riel	15 fév. 2013
GM	<b>6.20m</b>	<b>Japhet Divita</b>	<b>Défi hivernal Louis-Riel</b>	<b>05 fév. 2015</b>
	5.96m	Japhet Divita	CAIFO 2015	12 fév. 2015
	5.91m	Jibrel Jama	Louis-Riel Last Indoor Inv.	27 avr. 2012
Gjr	<b>6.45m</b>	<b>Christopher Guessan</b>	<b>Épreuves Combinées LRiel</b>	<b>11 fév. 2016</b>
	6.38m	Japhet Divita	Épreuves Combinées LRiel	11 fév. 2016
	6.26m	Japhet Divita	CAIFO 2016	10 mar. 2016
GSr	<b>7.07m</b>	<b>David Nsabua</b>	<b>Dôme HSM Series 2</b>	<b>07 avr. 2010</b>
	6.94m	David Nsabua	uOttawa WinterNational	13 fév. 2010
	6.75m	David Nsabua	Challenge Louis-Riel	25 mar. 2010
<b>Triple saut</b>				
FM	<b>7.22m</b>	<b>Genevieve F-Nemeth</b>	<b>Compétition «Get Set!» LR</b>	<b>20 mar. 2013</b>
	6.72m	Elizabeth Major	Compétition «Get Set!» LR	20 mar. 2013
FSr	<b>9.26m</b>	<b>Asha Mohiddin</b>	<b>Dôme HSM Series 5</b>	<b>25 avr. 2012</b>
	8.75m	Asha Mohiddin	Dôme HSM Series 3	12 avr. 2012
	8.69m	Asha Mohiddin	Dôme HSM Series 1	28 mar. 2012



# Athlétisme

## Saison intérieure

# Top 3 performances de tous les temps

(par groupe d'âge)

en date du 26 mars 2016

MB	<b>12.07</b> 11.72 11.50m	<b>Japhet Divita</b> Japhet Divita Jibrel Jama	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 2 Dôme HSM Series 5	<b>17 avr. 2015</b> 10 avr. 2015 25 avr. 2012
Gjr	<b>12.25m</b> 12.02m 11.80m	<b>Jibrel Jama</b> Jibrel Jama Jibrel Jama	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 5 Dôme HSM Series 1	<b>11 avr. 2013</b> 25 avr. 2013 27 mar. 2013
GSr	<b>14.42m</b> 14.23m 14.14m	<b>David Nsabua</b> David Nsabua David Nsabua	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 1 uOttawa WinterNational	<b>15 avr. 2010</b> 31 mar. 2010 13 fév. 2010
<b>Lancer du poids</b>				
FM	<b>10.05m</b> 9.63m 9.15m	<b>Marlies K-Alt</b> Hala Houssari Jamie Ryan	<b>Dôme HSM Series 5</b> Carnaval sur piste Louis-Riel Dôme HSM Series 3	<b>23 avr. 2009</b> 30 jan. 2014 10 avr. 2008
Fjr	<b>9.04m</b> 8.94m 8.42m	<b>Marlies K-Alt</b> Vanessa Laporte Marlies K-Alt	<b>Dôme HSM Series 5</b> CAIFO 2016 Dôme HSM Series 6	<b>29 avr. 2010</b> 10 mar. 2016 06 mai 2010
FSr	<b>9.93m</b> 9.45m 8.03m	<b>Michaela Riché</b> Marlies K-Alt Elyse Jodouin	<b>Dôme HSM Series 1</b> Dôme HSM Series 1 Dôme HSM Series 5	<b>27 mar 2009</b> 28 mar. 2012 23 avr. 2009
GM	<b>11.78m</b> 11.75m 11.42m	<b>Eric Stewart</b> Eric Stewart Boris Dorval	<b>Dôme HSM Series 3</b> Dôme HSM Series 3 Dôme HSM Series 3	<b>10 avr. 2008</b> 08 avr. 2009 11 avr. 2013
Gjr	<b>12.82m</b> 12.67m 12.53m	<b>Aaron C-McKinnon</b> Patrick Mondor Patrick Mondor	<b>Carnaval sur piste Louis-Riel</b> Dôme HSM Series Dôme HSM Series 1	<b>31 jan. 2013</b> 15 avr. 2010 31 mar. 2010
GSr	<b>12.91m</b> 11.15m 10.92m	<b>Samuel Gosselin</b> Saumuel Gosselin Patrick Mondor	<b>Carnaval sur piste Louis-Riel</b> CAIFO 2014 Dôme HSM Series 1	<b>30 jan. 2014</b> 13 fév. 2014 01 avr. 2011
<b>Lancer du javelot</b>				
FS	<b>16.50m</b> 14.00m	<b>Marlies K-Alt</b> Rebecca Bartoszewicz	<b>Dôme HSM Series 2</b> Dôme HSM Series 2	<b>04 avr. 2012</b> 04 avr. 2012
GM	<b>25.45m</b> 25.00m 24.90m	<b>Alexandre Gagnon</b> Greg Ozimkowski Greg Ozimkowski	<b>Dôme HSM Series 1</b> Dôme HSM Series 6 Dôme HSM Series 4	<b>28 mar. 2008</b> 06 mai 2010 22 avr. 2010
Gjr	<b>28.58m</b> 26.30m 26.20m	<b>Greg Ozimkowski</b> Eric Stewart Eric Stewart	<b>Dôme HSM Series 2</b> Dôme HSM Series 6 Dôme HSM Series 2	<b>07 avr. 2011</b> 06 mai 2010 07 avr. 2010
GSr	<b>33.59m</b>	<b>Benjamin Beaudoin</b>	<b>Dôme HSM Series 4</b>	<b>24 avr. 2015</b>
<b>Lancer du disque</b>				
FM	<b>13.88m</b>	<b>Vanessa Gilles</b>	<b>Dôme HSM Series 1</b>	<b>01 avr. 2011</b>
Fjr	<b>24.55m</b> 22.38 21.82m	<b>Marlies K-Alt</b> Marlies K-Alt Marlies K-Alt	<b>Dôme HSM Series 6</b> Dôme HSM Series 5 Dôme HSM Series 3	<b>06 mai 2010</b> 29 avr. 2010 15 avr. 2010
GM	<b>20.00m</b> 18.50m	<b>Greg Ozimkowski</b> Greg Ozimkowski	<b>Dôme HSM Series 5</b> Dôme HSM Series 5	<b>06 mai 2010</b> 29 avr. 2010
Gjr	<b>34.80m</b> 31.32m 31.06m	<b>Dimitri Pronko</b> Dimitri Pronko Dimitri Pronko	<b>Dôme HSM Series 1</b> Dôme HSM Series 3 Dôme HSM Series 5	<b>31 mar. 2010</b> 15 avr. 2010 29 avr. 2010
GSr	<b>25.00m</b> 24.02m 22.00m	<b>Patrick Mondor</b> Patrick Mondor Michael Quinn	<b>Dôme HSM Series 1</b> Dôme HSM Series 3 Dôme HSM Series 3	<b>01 avr. 2011</b> 12 avr. 2012 12 avr. 2012