

ASOCIACION PANAMERICANA DE ATLETISMO

MARCAS MINIMAS JUEGOS PANAMERICANOS LIMA 2019

PRUEBAS	VARONES	DAMAS
PISTA		
100m	10.30	11.60
200m	20.60	23.40
400m	46.10	53.45
800m	1:48.80	2:04.00
1500m	3:47.50	4:22.00
5000m	14:10.00	16:48.00
10000m	29:50.00	34:10.00
100m con vallas	-	13.20
110m con vallas	13.80	-
400m con vallas	50.70	56.30
3,000 con obstaculos	8:55.00	10:15.00
4x100m relevo	Por invitacion	Por invitacion
4x400m relevo	Por invitacion	Por invitacion
SALTOS		
Salto de Altura	2.22m	1.80m
Salto con Pertiga	5.20m	4:15m
Salto de Longitud	7.90m	6.48m
Salto Triple	16.50m	13.60m
LANZAMIENTOS		
Lanzamiento de Bala	18.50m	16.30m
Lanzamiento de Disco	60.00m	54.30m
Lanzamiento de Jabalina	76.00m	53.00m
Lanzamiento de Martillo	68.00m	65.40m
RUTA		
20km Marcha	1:25.00	1:37.00
50km Marcha	4:15.00	4:55.00
Maraton	2:20.00	2:50.00
COMBINADAS		
Decatlon	7,300pts	-
Heptatlon	-	5,570pts