

Limites 2019 pour entrer dans le Cadre Régional Romand en 2020									
Garçons									
Lors de différences, les limites Carte régionale & locale sont en gras italique (âge 13-19 ans / années: 2006-1998)									
Discipline	Année de naissance								
Année 2019	2006 (13)	2005 (14)	2004 (15)	2003 (16)	2002 (17)	2001 (18)	2000 (19)	1999 (20)	1999 (21)
Catégorie 2020	U16 hors cadre	U16 hors cadre	U18	U18	U20	U20	U23	U23	U23
60m	7,80								
80m		9,70	9.5 / 9.4						
100 m				11.4 / 11.30	11.25 / 11.10	11.1 / 11.00	11.0 / 10.90	10,90	10,80
200 m				22,90	22,60	22,30	22,10	21,90	21,70
400 m				50,40	50,00	49,50	49,20	48,90	48,60
600 m	1:37.00	1:32.00	1:29.00 / 1:28.00						
800 m				2:01.00 / 2.00	1:59.00 / 1.58.50	1:57.00	1:56.00	1:55.00	1:54.00
1000m	2:56.00	2:48.00	2:42.00	2:39.00	2:36.00	2:33.00	2:31.00		
1500 m				4:12.00	4:07.00	4:02.00	4:00.00	3:57.00	3:54.00
2000m	6:35.00	6:15.00	5:56.00						
3000m			9:20.00	9:08.00 / 9:05.00	8:56.00 / 9:00.00	8:45.00	8:39.00	8:35.00	8:30.00
5000m						15:20.00	15:10.00	15:00.00	14:50.00
80m H (0.76)	12,60								
100m H (0.84)		14,70	14.4 / 13.90						
110m H (0.91)				15 / 14.80	14.8 / 14.55				
110m H (0.99)						14.90 / 14.75	14.70 / 14.50	14,60	14,50
300m H				40,00	39,00				
400 m H						55,00	54,50	54,00	53,60
2000m St.				6:37.00	6:27.00	6:17.00	6:10.00		
3000m St.						9:55.00	9:45.00	9:35.00	9:25.00
Hauteur	1,60	1,70	1,80	1,85	1,90	1,95	2,00	2,05	2,10
Perche	3,20	3,50	3,80	4,00	4,20	4,40	4,60	4,80	4,90
Longueur	6.00 (zone)	6,00	6,30	6,50	6,70	6,90	7,10	7,20	7,30
Triple		12,20	12,80	13,20	13,50	13,80	14,10	14,40	14,70
Poids	14.00/3	14.50/4	14.00/ 15.80 /4	14.00/ 14.30 /5	14.50/ 15.50 /5	14.50/6	15.00/6	14.50/7.26	15,00
Disque	40.00/0.75	40.00/1	40.00/ 47.00 /1	40.00/ 44.00 /1.5	42.00/ 47.00 /1.5	42.00/ 45.00 /1.75	44.00/ 47.00 /1.75	44,00/2	46,00
Marteau	40.00/3	43.00/4	50.00/4	50.00/5	52.00/5	54.00/6	56.00/6	54.00/7.26	56,00
Javelot	45.00/400	45.00/600	50.00/600	52.00/700	54.00/ 56.00 /700	56.00/800	58.00/800	60,00	62,00
UBS Kid's Cup	2000								
Hexathlon		3700,00	4200						
Décathlon				6000	6200	6200	6400	6500	6600

Limites 2019 pour entrer dans le Cadre Régional Romand en 2020									
Filles									
Lors de différences, les limites Carte régionale & locale sont en gras italique (âge 13-19 ans / années: 2006-1998)									
Discipline	Année de naissance								
Année 2019	2006 (13)	2005 (14)	2004 (15)	2003 (16)	2002 (17)	2001 (18)	2000 (19)	1999 (20)	1999 (21)
Catégorie 2020	U16 hors cadre	U16 hors cadre	U18	U18	U20	U20	U23	U23	U23
60m	8,10								
80m		10,45	10,30						
100m				12.6 / 12.55	12,40	12.2 / 12.25	12.1 / 12.15	12,00	11,95
200 m				25,80	25,50	25,20	25,00	24,80	24,50
400 m				56,90	56,50	56,00	55.7 / 55.80	55,40	55,20
600 m	1:44.00	1:42.00	1:41.00/ 1:39.50						
800 m				2:18.00	2:16.00	2:14.00	2:13.00	2:12.00	2:11.00
1000m	3:14.00	3:09.00	3:04.00	3:01.00	2:58.00	2:55.00	2:53.00		
1500 m				4:50.00	4:45.00	4:40.00	4:38.00	4:35.00	4:32.00
2000m	7:15.00	7:00.00	6:45.00						
3000 m			10:40.00	10:29.00/ 10:25.00	10:17.00 / 10.20.00	10:05.00	10:00.00	9:55.00	9:50.00
5000 m						17:50.00	17:40.00	17:30.00	17:20.00
60m H (0.76)	9,85								
80m H (0.76)		12,40	12.2/ 12.10						
100m H (0.76)				14,60	14.40/ 14.30				
100m H (0.84)						14,50	14.40 / 14.30	14,30	14,20
300m H				45,00	44,00				
400m H						62,00	61,50	61,00	60,50
2000m St.				7:28.00	7:20.00	7:12.00	7:08.00		
3000m St.						11:35.00	11:25.00	11:15.00	11:00.00
Hauteur	1,56	1,59	1,62	1,65	1,68	1,70	1,72	1,75	1,78
Perche	2,50	2,80	3,00	3,20	3,40	3.55 / 3.50	3,70	3,80	3,90
Longueur	5.30 (zone)	5,20	5,40	5,50	5,60	5,70	5,80	5,90	6,00
Triple		10,60	11,00	11.30 / 11.40	11,60	11,80	12,00	12,30	12,60
Poids	10.80/3	11.80/3	12.50/ 12.60 /3	13.00/ 13.20 /3	13.50/ 13.70 /3	13.00/ 12.80 /4	13.30/4	13,80	14,20
Disque	30.00/0.75	35.00/0.75	38.00/0.75	38.00/ 37.00 /1	40.00/ 39.00 /1	42.00/ 41.00 /1	44.00/ 43.00 /1	46,00	48,00
Marteau	32.00/3	35.00/3	40.00/3	42.00/3	44.00/3	44.00/4	46.00/4	50,00	52,00
Javelot	36.00/400	39.00/400	42.00/400	42.00/500	45.00/500	44.00/600	46.00/600	48,00	50,00
UBS kid's Cup	2200								
Pentathlon		3200,00	3300						
Heptathlon				4300	4500	4700	4900	5000	5100

Le principe de sélection suivant est valable:

Pour être nouvellement admis dans le cadre, il faut réaliser une limite.

Les athlètes faisant déjà partie du cadre mais qui n'ont pas pu réaliser la limite (pour cause de blessure, ou de mauvaise forme) peuvent être jugés spécialement et demeurent une seconde année membre du cadre pour autant qu'ils aient répondu à l'invitation et montré un intérêt pour la structure.

Des athlètes plus âgés que U23 peuvent également être intégrés dans le Cadre Régional Romand. Le conseil des entraîneurs du CAR décide sur les cas en question, en fonction de la motivation et de l'apport au cadre.

Les limites de cadres sont le plus souvent les limites pour la discussion de l'obtention d'une Carte Talent régionale ou locale, lors des différences, la valeur des Talent Card est en gras souligné