

الحد الأدنى للحصول على نقط الترتيب في الملتقيات الفدرالية والبطولات الوطنية ،  
نهاية كأس الناشئين ونهاية كأس العرش

للموسم الرياضي 2019/2018

الكبار	الشبان	الفتيان	الصغار	المسابقات	الصغيرات	الفتيات	الشابات	الكبيرات
10.95	11.20	11.70	12.10	100m	13.20	13.10	12.70	12.50
22.10	22.80	23.30	■	200m	■	27.10	26.30	26.00
49.20	50.00	52.00	■	400m	■	1.00.80	1.00.40	58.70
1.49.00	1.53.00	1.59.00	■	800m	■	2.20.00	2.17.00	2.11.00
■	■	■	2.42.00	1000m	3.07.00	■	■	■
3.48.00	3.52.00	4.00.00	■	1500m	■	4.47.00	4.40.00	4.34.00
■	■	■	5.55.00	2000m	6.45.00	■	■	■
8.05.00	8.15.00	8.40.00	■	3000m	■	10.30.00	10.25.00	10.20.00
14.10.00	14.40.00	■	■	5000m	■	■	18.0500	17.20.00
30.00.00	31.40.00	■	■	10000m	■	■	39.00.00	38.00.00
1h.08.00	■	■	■	½ MARATHON	■	■	■	1h.20.00
2h.25.00	■	■	■	MARATHON	■	■	■	2h.50.00
15.25	15.50	15.60	15.50	100m et 110m HAIES	18.00	16.90	16.40	15.90
■	■	■	36.00	250m HAIES	40.50	■	■	■
54.00	56.00	58.00	■	400m HAIES	■	1.10.00	1.08.00	1.03.00
8.59.00	9.25.00	6.20.00	■	2000m et 3000m Steeple	■	7.45.00	11.55.00	11.40.00
■	■	15.30.00	11.30.00	2 et 3 Kms Marche	12.40.00	17.35.00	■	■
22.50.00	23.50.00	25.00.00	■	5000m Marche	■	■	28.00.00	27.50.00
45.00.00	46.30.00	■	■	10000m Marche	■	■	57.00.00	53.00.00
1h.45.00	■	■	■	20 KMS MARCHÉ	■	■	■	■
1.90	1.85	1.75	1.50	HAUTEUR	1.30	1.35	1.45	1.50
7.20	6.50	6.00	5.50	LONGUEUR	4.40	4.75	5.00	5.20
14.90	14.00	13.20	■	T.SAUT	■	11.00	11.20	11.50
4.00	3.60	3.50	■	PERCHE	■	2.50	2.80	3.20
13.70	13.50	12.00	10.30	POIDS	8.00	10.00	9.00	11.50
45.00	40.00	37.00	33.00	DISQUE	24.30	27.00	30.00	40.00
52.00	46.00	40.00	33.00	JAVELOT	25.00	28.00	32.00	40.00
49.00	46.00	40.00	■	MARTEAU	■	30.00	40.00	45.00
43.00	46.00	■	■	4 X 100m	■	■	56.00	52.00
3.20.00	3.33.00	■	■	4 X 400m	■	■	4.15.00	4.05.00
■	■	2.08.00	■	Relais (100m , 200m ,300m ,400m )	■	2.35.00	■	■
6000 pts	5800pts	5000 pts	■	DECATHLON	■	■	■	■
■	■	■	■	HEPTATHLON	■	3700 pts	4000 pts	4300 pts

574  
Sjg b

WAHAB Mohammed  
Département Planification,  
Programmation et Organisation  
des Compétitions

أوبيا عبد الإله  
قسم التخطيط والبرمجة  
وتنظيم التظاهرات

**FEDERATION ROYALE MAROCAINE  
D'ATHLETISME**

**MINIMAS PRIMES  
2018- 2019**

**MEETINGS FEDERAUX ET CHAMPIONNATS NATIONAUX JUNIORS SENIORS**

SENIORS HOMMES	JUNIORS GARCONS	EPREUVES	JUNIORS FILLES	SENIORS DAMES
10.70	10.90	100m	12.40	12.10
21.35	22.20	200m	25.50	25.00
46.90	49.00	400m	58.00	55.00
1.47.50	1.50.00	800m	2.11.00	2.08.00
3.40.00	3.45.50	1500m	4.27.00	4.13.50
7.56.00	==	3000m	==	9.20.00
13.50.00	14.20.00	5000m	16.50.00	16.00.00
29.00.00	31.00.00	10000m	36.00.00	34.30.00
1 H.04.00	==	½ MARATHON	==	1 H.13.00
2 H.17.00	==	MARATHON	==	2 H.42.00
14.50	15.00	110m Haies / 100m Haies	15.00	14.80
52.00	54.00	400m Haies	1.06.00	59.30
8.35.00	9.00.00	3000m Steeple	11.00.00	10.00.00
20.00.00	22.00.00	5000m MARCHÉ	27.30.00	25.00.00
43.00.00	44.20.00	10000m MARCHÉ	55.10.00	51.30.00
1h.32.00	==	20 KMS MARCHÉ	==	==
2.07	1.95	HAUTEUR	1.60	1.65
7.60	7.20	LONGUEUR	5.70	6.00
15.50	15.00	T.SAUT	12.00	13.00
4.80	4.30	PERCHE	3.00	3.40
17.80	14.50	POIDS	13.00	14.00
52.00	46.50	DISQUE	39.00	46.00
64.00	48.00	JAVELOT	38.00	45.00
65.00	46.00	MARTEAU	45.00	50.00
42.00	43.00	4 X 100m	52.00	48.00
3.16.00	3.25.00	4 X 400m	4.05.00	4.00.00
6500 pts	6300 pts	DECATHLON	==	==
==	==	HEPTATHLON	4450 pts	4900 pts

DTN  


WAHAB Mohammed  
Département Planification,  
Programmation et Organisation  
des Compétitions

أوليا عبد الإله  
قسم التخطيط والبرمجة  
وتنظيم التظاهرات



**MINIMAS D'ATTRIBUTION DES POINTS POUR LA  
COUPE DES JEUNE / COUPE DU TRÔNE 2018-2019**

<b>HOMMES</b>	<b>EPREUVES</b>	<b>FEMMES</b>
<b>MINIMES</b>		
13.00	100 m	14.50
3.00.00	1000 m	3.25.00
4.80	Longueur	3.80
9.00	Poids	7.80
<b>CADETS / CADETTES</b>		
25.00	200 m	30.00
1.02.00	400 m Haies	1.20.00
2.02.00	800 m	2.35.00
4.50.00	1500 m	5.20.00
7.00.00	2000 m st	9.00.00
1.50	Hauteur	1.30
5.40	Longueur	4.20
35.00	Javelot	23.00
35.00	Disque	23.00
<b>JUNIORS / SENIORS</b>		
11.50	100 m	13.50
53.00	400 m	1.05.00
1.56.00	800 m	2.20.00
4.00.00	1500 m	4.55.00
15.00.00	5000 m	19.00.00
10.00.00	3000 m steeple	12.30.00
16.00	110 m Haies / 100 m Haies	17.00
6.00 m	Longueur	4.50 m
1.70 m	Hauteur	1.40m
12 m	Poids	9 m
34 m	Disque	27 m
38m	Javelot	28 m
40 m	Marteau	35 m

أوليا عبد الإله  
قسم التخطيط والبرمجة  
وتنظيم التظاهرات

WAHAB Mohammed  
Département Planification,  
Programmation et Organisation  
des Compétitions

DTEN

