



Fédération québécoise  
d'athlétisme

★ Record du monde    ★ Record canadien

Comité des records: 2022-11-01

## Records sur route Femmes

		F	Sur route					
Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Vent	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
1 000 mètres	U18	02:52.8		Karine Lefebvre	1980	C.A. Jeannois d'Alma	30/6/1996	Vittel (FRA)
5 km route	U20	17:11		Jessy Lacourse	1997	Kalenjins	12/4/2015	Montréal, QC (CAN)
5 km route	U23	15:19 ★		Émilie Mondor	1981	Montréal Olympique	13/4/2003	Carlsbad, CA (USA)
5 km route	Sénior	15:16 ★		Émilie Mondor	1981	Montréal Olympique	24/10/2004	Chula Vista, CA (USA)
5 km route	35-39	17:04		Diane Légaré	1951	Les Vainqueurs	5/10/1986	St-Léonard, QC (CAN)
5 km route	40-44	17:07		Myriam Grenon	1968	Les Vainqueurs	19/8/2012	Brossard, QC (CAN)
5 km route	45-49	17:08 ★		Diane Légaré	1951	Indépendant	13/8/1997	Montréal, QC (CAN)
5 km route	50-54	17:54		Diane Légaré	1951	Indépendant	13/10/2001	Rochester, MA (USA)
5 km route	55-59	18:46		Diane Légaré	1951	Indépendant	16/8/2006	Montréal, QC (CAN)
5 km route	60-64	19:43 ★		Diane Légaré	1951	Indépendant	22/5/2011	Brossard, QC (CAN)
5 km route	65-69	21:28		Diane Légaré	1951	Indépendant	14/8/2016	Laval, QC (CAN)
5 km route	70-74	26:41:00		Diana Smith	1946	Indépendant	17/8/2016	Montréal, QC (CAN)
5 km route	75-79	27:43:00		Alice Cole	1933	Indépendant	14/10/2012	Montréal, QC (CAN)
5 km route	80-84	28:38:00 ★		Alice Cole	1933	Coubertin	12/4/2015	Montréal, QC (CAN)
8 km route	Sénior	26:57:00		Patricia Puntous	1960		28/4/1991	Portland, OR (USA)
8 km route	40-44	28:49:00		Jacqueline Gareau	1953		9/4/1994	Toronto, ON (CAN)
8 km route	45-49	29:44:00		Diane Légaré	1951		20/3/1999	Virginia Beach, VA (USA)
8 km route	50-54	37:20:00		Christine Bush	1961	Boréal	25/1/2015	Burlington, ON (CAN)
10 km route	U23	33:58:00		Lizanne Bussièrès	1961	Regina Mundi	4/12/1983	San Diego, CA (USA)
10 km route	Sénior	32:27:00		Émilie Mondor	1981	Montréal Olympique	27/5/2006	Ottawa, ON (CAN)
10 km route	35-39	33:27:00		Jacqueline Gareau	1953	Indépendant	10/4/1988	Boston, MA (USA)
10 km route	40-44	35:15		Bianca Prémont	1983	C.A. 3D	15/10/2023	Longueuil, QC (CAN)
10 km route	45-49	35:49:00		Diane Légaré	1951	Indépendant	10/9/2000	Montréal, QC (CAN)



Fédération québécoise  
d'athlétisme

Comité des records: 2022-11-01

## Records sur route Femmes

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Vent	Athlète(s)	Année de naissance	Club	F	Sur route	Lieu
10 km route	50-54	36:30:00 ★		Diane Légaré	1951	Indépendant		17/6/2001	Québec, QC (CAN)
10 km route	55-59	38:50:00 ★		Diane Légaré	1951			7/10/2006	Ottawa, ON (CAN)
10 km route	60-64	41:42:00		Diane Légaré	1951	Indépendant		10/7/2011	Brossard, QC (CAN)
10 km route	65-69	44:50:00		Diane Légaré	1951	Indépendant		15/10/2017	Montréal, QC (CAN)
10 km route	70-74	53:11:00		Diana Smith	1946	Indépendant		16/10/2016	Montréal, QC (CAN)
10 km route	75-79	53:20:00		Gladys Kavalec	1937	Indépendant		12/5/2013	Châteauguay, QC (CAN)
15 km route	U23	55:28:00		Lizanne Bussièrès	1961	Club d'athlétisme de Montréal-		18/4/1982	Longueuil, QC (CAN)
15 km route	Sénior	49:58:00		Jacqueline Gareau	1953	Indépendant		21/4/1985	Longueuil, QC (CAN)
15 km route	35-39	52:48:00 ★		Jacqueline Gareau	1953			9/7/1989	Utica, NY (USA)
15 km route	40-44	55:38:00		Diane Légaré	1951			10/7/1994	Utica, NY (USA)
15 km route	45-49	55:12:00 ★		Diane Légaré	1951			9/7/2000	Utica, NY (USA)
15 km route	50-54	55:51:00 ★		Diane Légaré	1951			8/7/2001	Utica, NY (USA)
15 km route	55-59	1:00:38		Diane Légaré	1951			11/11/2007	Schenectady, NY (USA)
20 km route	U23	1:13:36		Patricia Puntous	1960	Vert et Or		30/8/1981	Winnipeg, MB (CAN)
20 km route	Sénior	1:09:03		Carole Rouillard	1960	Montréal Olympique		10/6/1990	Saint-Gabriel-de-Brandon, QC (CAN)
20 km route	35-39	1:11:19		Jacqueline Gareau	1953			15/10/1989	Valleyfield, QC (CAN)
20 km route	40-44	1:19:41		Jacqueline Gareau	1953			9/6/1996	Saint-Gabriel-de-Brandon, QC (CAN)
20 km route	45-49	1:16:49 ★		Diane Légaré	1951			16/6/1996	Montréal, QC (CAN)
20 km route	50-54	1:22:29		Louise Voghel	1954			30/7/2006	Sainte-Anne-de-Bellevue, QC (CAN)
Demi Marathon	U23	1:14:46		Anne-Marie Comeau	1996	C.A. Université Laval		23/9/2018	Montréal, QC (CAN)
Demi Marathon	Sénior	1:11:30		Anne-Marie Comeau	1996	Club Citius		25/3/2023	Clarkstown, NY (USA)
Demi Marathon	35-39	1:13:08		Jacqueline Gareau	1953	Indépendant		29/7/1989	Québec, QC (CAN)
Demi Marathon	40-44	1:19:00		Isabelle Ledroit	1966	Les Vainqueurs		9/9/2007	Montréal, QC (CAN)

## Records sur route Femmes



Fédération québécoise  
d'athlétisme

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Vent	Athlète(s)	Année de naissance	F		Lieu
						Club	Date du record	
Demi Marathon	45-49	1:19:04		Diane Légaré	1951	Indépendant	24/9/2000	Toronto, ON (CAN)
Demi Marathon	50-54	1:22:08		Diane Légaré	1951	Indépendant	23/9/2001	Toronto, ON (CAN)
Demi Marathon	55-59	1:34:13		Sylviane Puntous	1960	Indépendant	22/5/2016	Longueuil, QC (CAN)
Demi Marathon	60-64	1:38:16		Hélène Grenon	1952	Indépendant	25/8/2013	Québec, QC (CAN)
Demi Marathon	65-69	1:50:18		Lucie Rochon	1958	Indépendant	1/10/2023	Québec, QC (CAN)
Demi Marathon	70-74	2:29:06		Gladys Kavalec	1937	Indépendant	27/5/2007	Ottawa, ON (CAN)
Demi Marathon	75-79	3:01:26		Gladys Kavalec	1937	Indépendant	27/5/2012	Ottawa, ON (CAN)
30 km route	Sénior	1:47:03		Lizanne Bussièrès	1961	Regina Mundi	28/3/1993	Hamilton, ON (CAN)
30 km route	40-44	1:56:31		Nathalie Goyer	1968		28/3/2010	Hamilton, ON (CAN)
30 km route	45-49	2:03:53		Louise Voghel	1954		26/3/2000	Hamilton, ON (CAN)
Marathon	U23	2:48:45		Sylviane Puntous	1960	Titan	14/3/1982	Avry (FRA)
Marathon	Sénior	2:29:32		Jacqueline Gareau	1953	Indépendant	6/1/1985	Houston, TX (USA)
Marathon	35-39	2:35:35		Carole Rouillard	1960	Indépendant	7/5/1995	Toronto, ON (CAN)
Marathon	40-44	2:42:28		Bianca Prémont	1983	C.A. 3D	8/10/2023	Chicago, IL (USA)
Marathon	45-49	2:54:41		Louise Voghel	1954	Indépendant	14/5/2000	Ottawa, ON (CAN)
Marathon	50-54	3:01:58		Stéphanie Jobin	1971	C.A. 3D	3/3/2024	Tokyo (JAP)
Marathon	55-59	3:18:01		Louise Voghel	1954	Enduromax	20/11/2010	Philadelphie, PA (USA)
Marathon	60-64	3:28:24		Louise Voghel	1954	Boréal	20/11/2016	Philadelphie, PA (USA)
Marathon	65-69	3:45:00		Lucie Rochon	1958	Indépendant	8/10/2023	Chicago, IL (USA)
Marathon	70-74	4:07:00		Susan Magher	1947	Club de Coureurs Phoenix	17/10/2021	Georgina, ON (CAN)
Marathon	T53/54	1:40:10 ★		Diane Roy	1971	C.A. de Sherbrooke	6/6/2007	Oensingen (SUI)
5 km marche route	U18	25:12:00 ★		Mylène Dupéré	1973	Laval Olympique	30/9/1990	Dearborn, IL (USA)
5 km marche route	U20	23:32		Tina Poitras	1970	Stade Hullois Olympique	14/10/1989	Montréal, QC (CAN)
5 km marche route	U23	22:42 ★		Corinne Whissel	1971	Stade Hullois Olympique	10/5/1991	L'Hospitalet de Llobregat (ESP)

## Records sur route Femmes



Fédération québécoise  
d'athlétisme

Épreuve	Groupe d'âge	Performance	Vent	Athlète(s)	Année de naissance	F		Lieu
						Club	Date du record	
5 km marche route	Sénior	22:12		Tina Poitras	1970	Montréal Olympique	29/5/1994	L'Hospitalet de Llobregat (ESP)
5 km marche route	35-39	32:41:00		Mélissa Labrie	1984	Vainqueurs Plus	26/9/2020	Saint-Boniface, QC (CAN)
5 km marche route	40-44	28:33:00		Marina Crivello	1979	Vainqueurs Plus	2/10/2022	Ottawa, ON (CAN)
5 km marche route	50-54	35:37:00		Sonia Lacôme	1966	Vainqueurs Plus	26/9/2020	Saint-Boniface, QC (CAN)
5 km marche route	55-59	30:29:00		Line Falcon	1964	Les Vainqueurs	15/6/2019	Saint-Boniface, QC (CAN)
5 km marche route	60-64	31:07:00		Sylvie Fortin	1959	Vainqueurs Plus	11/9/2022	Blainville, QC (CAN)
5 km marche route	75-79	37:14:00		Simonne Poulin	1945	Vainqueurs Plus	25/9/2021	Saint-Boniface, QC (CAN)
10 km marche route	U18	57:13:00		Elisabeth Peeters	1966	Stade Hullois Olympique	23/10/1983	Montréal-Nord, QC (CAN)
10 km marche route	U23	46:50:00		Tina Poitras	1970	Stade Hullois Olympique	3/8/1992	Barcelone (ESP)
10 km marche route	Sénior	45:02:00		Tina Poitras	1970	Montréal Olympique	7/8/1995	Göteborg (SWE)
10 km marche route	60-64	1:04:29		Nicole Bégin	1959	Les Vainqueurs	18/7/2019	Toronto, ON (CAN)
20 km marche route	U20	1:55:51 ★		Isabelle Clermont	1979	Laval Olympique	1/11/1998	Welland, ON (CAN)
20 km marche route	U23	1:44:41		Marina Crivello	1979	Montréal Olympique	1/4/2001	Manassas, VA (USA)
20 km marche route	Sénior	1:40:13		Marina Crivello	1979	Montréal Olympique	7/5/2005	Lima (PER)
20 km marche route	55-59	2:31:04		Marlène Bouillon	1965	Vainqueurs Plus	2/10/2022	Ottawa, ON (CAN)