

2015年陸マガ標準記録

日本			高校			中学		
種目名	男子	女子	種目名	男子	女子	種目名	男子	女子
60m	6.90	7.80	60m	6.99	7.99	60m	7.19	8.19
100m (電)	10.80	12.40	100m (電)	10.99	12.59	100m (電)	11.49	12.79
100m (手)	10.5	12.1	100m (手)	10.7	12.3	100m (手)	11.2	12.5
200m (電)	21.80	25.30	200m (電)	22.19	25.59	200m (電)	23.19	26.39
200m (手)	21.5	25.0	200m (手)	21.9	25.3	200m (手)	22.9	26.1
400m (電)	48.50	57.80	400m (電)	49.49	58.19	400m (電)	52.59	59.99
400m (手)	48.3	57.6	400m (手)	49.3	58.0	400m (手)	52.4	59.8
800m	1.55.00	2.16.00	800m	1.56.99	2.17.49	800m	2.02.99	2.19.99
1500m	3.55.00	4.33.00	1500m	3.59.99	4.36.99	1500m	4.13.99	4.44.99
3000m	8.15.00	9.33.00	3000m	8.44.99	9.59.99	2000m	5.59.99	6.39.99
5000m & 5 km	14.15.00	16.30.00	5000m	14.59.99	17.29.99	3000m & 3 km	9.09.99	10.19.99
10000m & 10km	29.30.00	35.00.00	10000m & 10km	31.59.99	37.59.99	5000m & 5 km	15.59.99	18.59.99
10マイル	49.00.	59.00.	—	—	—	—	—	—
20km & 20000m	1.01.00.	1.13.00.	60m H	8.49	8.99	60m Y H (電)	8.49	—
—	—	—	—	—	—	60m M H (電)	—	9.19
ハーフ・マラソン	1.05.00.	1.18.00.	110m H (電)	15.49	—	110m Y H (電)	15.49	—
30km	1.36.00.	2.00.00.	110m H (手)	15.2	—	110m Y H (手)	15.2	—
—	—	—	—	—	—	110m J H (電)	15.99	—
100km	9.00.00.	10.00.00.	110m J H (手)	15.5	—	110m J H (手)	15.7	—
マラソン	2.30.00.	3.05.00.	110m J H (電)	15.79	—	100m M H (電)	—	15.19
—	—	—	—	—	—	100m M H (手)	—	14.9
60m H	8.10	8.80	100m H (電)	—	15.19	100m H (電)	14.29	15.99 (一般用)
110m H (電)	14.90	—	100m H (手)	—	15.0	100m H (手)	14.0	15.7 (一般用)
110m H (手)	14.6	—	400m H (電)	55.29	64.99	100m Y H (電)	—	15.49
100m H (電)	—	14.90	400m H (手)	55.1	64.9	100m Y H (手)	—	15.2
100m H (手)	—	14.6	3000m S C	9.29.99	14.59.99	80m H (電)	—	12.89
400m H (電)	53.50	64.00	3000m W & 3 km W	13.59.99	15.44.99	80m H (手)	—	12.6
400m H (手)	53.3	63.8	5000m W & 5 km W	23.59.99	29.59.99	2000m W & 2 km W	10.59.99	11.59.99
3000m S C	9.18.00	14.00.00	10000m W & 10km W	53.59.99	1.01.00.00	3000m W & 3 km W	16.59.99	18.59.99
3000m W & 3 km W	13.00.00	15.00.00	4 × 100m R (電)	42.49	49.09	5000m W & 5 km W	29.59.99	31.59.99
5000m W & 5 km W	23.00.00	28.00.00	4 × 100m R (手)	42.3	48.9	4 × 100m R (電)	45.29	51.09
10000m W & 10km W	48.00.00	60.00.00	4 × 200m R	1.29.99	1.47.99	4 × 100m R (手)	45.1	50.9
20000m W & 20km W	1.55.00.	2.30.00.	スウェーデン R	1.59.99	2.24.99	4 × 200m R	1.34.99	1.49.99
30km W	3.00.00.	—	4 × 400m R	3.21.49	3.59.99	スウェーデン R	2.04.99	2.29.99
50km W	5.30.00.	—	走高跳	1.91	1.58	4 × 400m R	3.44.99	4.09.99
4 × 100m R (電)	41.50	48.00	棒高跳	4.30	2.40	走高跳	1.78	1.53
4 × 100m R (手)	41.3	47.8	走幅跳	6.80	5.40	棒高跳	3.60	2.00
4 × 200m R	1.28.00	1.46.00	三段跳	13.85	10.30	走幅跳	6.25	5.15
スウェーデン R	1.55.00	2.20.00	砲丸投 (5.00kg)	14.50	11.10 (4.0kg)	三段跳	12.50	10.00
4 × 400m R	3.17.00	3.56.00	砲丸投 (6.00kg)	13.40	—	砲丸投 (2.72kg)	14.00	11.70
走高跳	2.00	1.62	砲丸投 (7.26kg)	13.00	—	砲丸投 (4.00kg)	13.90	10.00
棒高跳	4.70	2.80	円盤投 (1.5kg)	43.00	34.50 (1.0kg)	砲丸投 (5.00kg)	12.10	—
走幅跳	7.15	5.55	円盤投 (1.75kg)	39.00	—	砲丸投 (5.45kg)	12.00	—
三段跳	14.60	11.10	円盤投 (2.0kg)	39.00	—	砲丸投 (7.26kg)	11.00	—
砲丸投	13.10	11.70	ハンマー投 (5.00kg)	50.00	25.00 (4.0kg)	円盤投 (1.0kg)	40.00	26.00
円盤投	40.00	37.50	ハンマー投 (6.00kg)	48.50	—	円盤投 (1.5kg)	35.00	—
ハンマー投	49.00	30.00	ハンマー投 (7.26kg)	45.00	—	円盤投 (2.0kg)	30.00	—
やり投	61.00	42.50	やり投	55.00	38.50	やり投	40.00	30.00
十種競技	5400	—	八種競技	4500	—	1年三種競技	2500	2100
七種競技	—	3800	七種競技	—	3600	四種競技	2150	2200
—	—	—	十種競技	5000	—	七種競技	—	3000