

Marc Ranéda

<u>Disciplines</u> :	le sprint et les lancers
<u>Date de naissance</u> :	le 21 avril 1964
<u>Club d'athlétisme</u> :	2008 Stade Genève
<u>Fonction au Stade Genève</u> :	2011 Statistiques, records, 50 meilleures et résultats
<u>Fonction à l'AGA</u> :	2013 Responsable Genevois des Statistiques et juge-arbitre

Disciplines et meilleures performances :

100 mètres :	12'91	M45	30 juillet 2011	Fribourg
100 mètres :	13'17	M50	9 juillet 2016	Bulle
150 mètres :	20'14	M45	15 mai 2012	Genève
200 mètres :	27'36	M45	2 octobre 2010	Yverdon
200 mètres :	28'17	M50	9 juillet 2016	Bulle
300 mètres :	44'62	M45	5 mai 2012	Lausanne
300 mètres :	45'66	M50	30 avril 2016	Lausanne
400 mètres :	66'69	M45	18 juin 2011	Genève
110m haies 99,1 :	20'70	M45	27 mai 2011	Olten
Poids 7.26 kg :	7 m 93	M50	4 octobre 2014	Genève
Poids 6 kg :	8 m 31	M50	10 mai 2014	Genève
Marteau 7.26 kg :	16 m 00	M45	15 juin 2012	Genève
Disque 2 kg :	21 m 47	M45	15 juin 2013	Genève
Disque 1.5 kg :	19 m 73	M50	10 mai 2014	Genève
Javelot 800 gr :	23 m 47	M45	14 juin 2013	Genève
Javelot 700 gr :	21 m 64	M50	9 mai 2014	Genève
Pentathlon :	1447 pts	M45	29 sept. 2012	Genève

100m : **13'18** - haut : **1m30** - long : **4m04** - poids 7.26 kg : **7m14** - 1000m : **3'54''51**

Meilleures performances en salle :

50 mètres :	7'01	M45	20 janvier 2013	Aigle
50 mètres :	7'27	M50	29 janvier 2014	Genève
60 mètres :	8'18	M45	29 janvier 2011	Macolin
60 mètres :	8'45	M50	1 février 2015	Macolin
60 m haies 99,1 :	11'82	M45	26 janvier 2013	Macolin
100 mètres :	14'43	M45	29 janvier 2011	Macolin
200 mètres :	27'13	M45	2 mars 2013	Macolin
200 mètres :	28'24	M50	27 février 2016	Macolin
Poids 7.26 kg :	7 m 58	M45	27 février 2010	Macolin
Poids 6 kg :	8 m 65	M50	28 février 2015	Macolin

Tétrathlon : 1611 pts M45 27 février 2010 Macolin

60 mètres : **8'57** - hauteur : **1 m 39** - poids 7.26 kg : **7 m 32** - 1000 mètres : **3'59''05**.

Progression :

	<u>100 mètres</u>	<u>150 mètres</u>	<u>200 mètres</u>	<u>300 mètres</u>
2009 : M45	13'70		28'40	47'58
2010 :	13'20	20'90	27'36	45'74
2011 :	12'91	20'54	27'49	45'48
2012 :	13'08	20'14	27'55	44'62
2013 :	13'22	20'57	27'79	
2014 : M50	13'76			
2015 :	13'49			
2016 :	13'17		28'17	45'66

Progression en salle :

	<u>50 mètres</u>	<u>60 mètres</u>	<u>200 mètres</u>
2009 : M45			
2010 :	7'25	8'52	28'87
2011 :	7'10	8'18	28'11
2012 :	7'44	8'32	28'42
2013 :	7'01	8'22	27'13
2014 : M50	7'27	8'46	28'94
2015 :	7'27	8'45	28'54
2016 :	7'31	8'61	28'24

Résultats aux Championnats Suisses :

2009 :	2. 100m M45
2010 :	2. 60m, 2. hauteur, 3. poids (7.26kg) en salle M45 2. 200m, 3. 100m, 3. 110m haies (99,1) M45
2011 :	3. 60m en salle, 1. 110m haies (99,1), 3. 100m M45
2012 :	3. 60m, 3. 200m en salle M45 , 1. CSI Vétérans Equipe
2013 :	1. 60m haies (99,1), 3. 200m, 4. 60m en salle M45
2014 :	2. 60m, 2. 200m, 4. poids (6kg) en salle M50 , 2. CSI Vétérans Equipe
2015 :	1. 200m, 2. 60m, 3. poids (6kg) en salle M50
2016 :	3. 200m, 4. 60m en salle M50

Résultats à la course de l'Escalade :

1988 : Hommes I - 1959 - 1968 = **1179 ème** - 42'47

