



Fédération québécoise  
d'athlétisme

★ Record du monde    ★ Record canadien

### Mille route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
50-54	4:38	Ed Whitlock	1931		18/09/1982	Toronto, ON (CAN)

### 5 km route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	14:53 ★	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	07/09/2014	Toronto, ON (CAN)
40-44	15:31	Amor Dehbi	1972	Enduromax	12/08/2015	Montréal, QC (CAN)
45-49	15:27 min	Baghdad Rachem	1977	A.T.P. Athlétisme	07/05/2023	Longueuil, QC (CAN)
50-54	16:05	Jean-Pierre Poulin	1970	Indépendant	07/05/2023	Longueuil, QC (CAN)
55-59	17:29	Stéphane Gagné	1967	Milpat	15/10/2023	Montréal, QC (CAN)
60-64	18:25	Thomas Alan Miller	1958	Club de Coureurs Phoenix	12/11/2022	Montréal, QC (CAN)
70-74	20:08	André Naud	1950	Milpat	14/05/2022	Lac-Beauport, QC (CAN)
75-79	23:21	Jean-Guy Ducharme	1941	Les Riverains	16/10/2016	Montréal, QC (CAN)
80-84	25:17:00	Jean Bernaquez	1932	Indépendant	13/05/2012	Saint-Hyacinthe, QC (CAN)
85-89	31:40:00	Jean Bernaquez	1932	Indépendant	15/10/2017	Montréal, QC (CAN)

### 8 km route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	24:52:00	Amor Dehbi	1972	Enduromax	03/04/2010	Toronto, ON (CAN)
40-44	26:21:00	Terry Gehl	1969	Indépendant	02/04/2011	Toronto, ON (CAN)
50-54	30:16:00	Marc Molgat	1967	Indépendant	07/10/2018	Victoria, CB (CAN)
55-59	39:16:00	Mark McGowan	1955	Boréal	25/01/2015	Burlington, ON (CAN)

## records masculins sur route vétérans par épreuve

M

Sur route



Fédération québécoise  
d'athlétisme

### 10 km route

## records masculins sur route vétérans par épreuve

M	Sur route
---	-----------

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	31:07:00	Christian Mercier	1974	Indépendant	25/05/2013	Ottawa, ON (CAN)
40-44	31:25:00	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	14/10/2018	Rennes (FRA)
45-49	31:55	Nicolas Paradis	1975	Indépendant	15/10/2023	Longueuil, QC (CAN)
50-54	33:05	Jean-Marc Thériault	1973	CS Athlétisme	15/10/2023	Longueuil, QC (CAN)
55-59	36:43:00	Pierre Boulay	1967	Indépendant	26/06/2022	Boston, MA (USA)
60-64	37:43:00	Dany Galarneau	1958	La Foulée	08/09/2019	Québec, QC (CAN)
65-69	46:03:00	Aldo Bellon	1949	Boréal	12/04/2015	Montréal, QC (CAN)
70-74	44:37:00	André Naud	1950	Milpat	16/09/2022	Québec, QC (CAN)
75-79	49:37:00	Jean-Guy Ducharme	1941	Indépendant	18/09/2016	Vaudreuil-Dorion, QC (CAN)
85-89	1:29:30	Rolland Michaud	1921	Les Vainqueurs	01/07/2007	Montréal, QC (CAN)

### 20 km route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
40-44	1:10:06	Louis-Philippe Garnier	1964		25/06/2006	Lac Brôme, QC (CAN)
50-54	1:13:41	Réjean Bourgoïn	1957	Godasses du Nord	08/08/2010	Sainte-Anne-de-Bellevue, QC (CAN)
55-59	1:14:20	Réjean Bourgoïn	1957	Godasses du Nord	04/08/2013	Sainte-Anne-de-Bellevue, QC (CAN)



Fédération québécoise  
d'athlétisme

### Demi Marathon

## records masculins sur route vétérans par épreuve

M	Sur route
---	-----------

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	1:06:53	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	30/10/2015	Philadelphie, PA (USA)
40-44	1:07:54	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	29/01/2019	Houston, TX (USA)
45-49	1:11:05	Baghdad Rachem	1977	A.T.P. Athlétisme	22/04/2023	Montréal, QC (CAN)
50-54	1:15:02	Frédéric Jouin	1971	C.A. 3D	22/04/2023	Montréal, QC (CAN)
55-59	1:19:39	Pierre Boulay	1967	Indépendant	05/11/2023	Hamilton, ON (CAN)
60-64	1:20:34	Dany Galarneau	1958	La Foulée	20/10/2019	Toronto, ON (CAN)
65-69	1:39:31	Aldo Bellon	1949	Boréal	27/04/2014	Montréal, QC (CAN)
70-74	1:36:46	André Naud	1950	Milpat	29/05/2022	Ottawa, ON (CAN)

### 30 km route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	1:43:10	Louis-Philippe Garnier	1964		30/03/2003	Hamilton, ON (CAN)
40-44	1:40:52	Christian Mercier	1974		29/03/2015	Hamilton, ON (CAN)
50-54	1:52:08	Louis-Philippe Garnier	1964		29/03/2015	Hamilton, ON (CAN)
55-59	2:02:32	Karl Hébert	1966	Indépendant	27/03/2022	Hamilton, ON (CAN)

### Marathon

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	2:20:27	David Le Porho	1977	C.A. de Sherbrooke	28/09/2014	Berlin (GER)
40-44	2:23:28	Christian Mercier	1974	Indépendant	19/10/2014	Toronto, ON (CAN)
45-49	2:32:41	Nicolas Paradis	1975	Indépendant	28/05/2023	Ottawa, ON (CAN)
50-54	2:34:16	Michel Lavoie	1961		06/11/2011	Hamilton, ON (CAN)
55-59	2:44:16	Pierre Boulay	1967	Indépendant	25/09/2022	Berlin (GER)
60-64	3:00:19	Thomas Alan Miller	1958	Club de Coureurs Phoenix	16/10/2022	Toronto, ON (CAN)
65-69	3:08:50	Gilles Lacasse	1946	CSR	02/10/2011	Rimouski, QC (CAN)
70-74	3:31:22	Gilles Lacasse	1946		02/10/2016	Rimouski, QC (CAN)



Fédération québécoise  
d'athlétisme

Comité des records: 2022-11-01

## records masculins sur route vétérans par épreuve

### 50 km route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
45-49	3:05:32	Michel Lavoie	1961		23/06/2007	Niagara-on-the Lake, ON (CAN)
50-54	3:13:14	Michel Lavoie	1961		23/06/2012	Niagara-on-the Lake, ON (CAN)

### 5 km marche route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	24:03:00 ★	Jocelyn Ruest	1980	Les Vainqueurs	15/06/2019	Saint-Boniface, QC (CAN)
40-44	23:46	Alexandre Henry	1979	Vainqueurs Plus	25/09/2021	Saint-Boniface, QC (CAN)
55-59	25:24:00 ★	Yvan Béchard	1962	Indépendant	10/06/2018	Framingham, MA (USA)
60-64	29:39:00	Denis Laflamme	1954	Fleur de Lys	29/05/2016	Toronto, ON (CAN)
65-69	27:33:00 ★	Denis Laflamme	1954	Les Vainqueurs	15/06/2019	Saint-Boniface, QC (CAN)
80-84	35:39:00 ★	Hervé LeBlanc	1939	Vainqueurs Plus	25/09/2021	Saint-Boniface, QC (CAN)

### 10 km marche route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	41:10:00	Marcel Jobin	1942	Zenith	29/09/1980	Shawinigan, QC (CAN)
40-44	40:34:00 ★	Marcel Jobin	1942	Zenith	23/07/1983	Sept-Îles, QC (CAN)
55-59	51:00:00 ★	Yvan Béchard	1962	Indépendant	09/09/2017	Oswego, NY (USA)
70-74	57:39:00 ★	Marcel Jobin	1942	Énergie	07/04/2012	Jyvaskyla (FIN)
80-84	1:17:29	Marcel Jobin	1942	Vainqueurs Plus	31/03/2023	Torun (POL)

### 15 km marche route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	1:13:10 ★	Mathieu Bilodeau	1983	C.A. Université Laval	06/08/2021	Sapporo (JAP)



Fédération québécoise  
d'athlétisme

Comité des records: 2022-11-01

## records masculins sur route vétérans par épreuve

### 20 km marche route

M	Sur route
---	-----------

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	1:26:15	Marcel Jobin	1942	C.A. Antilope	31/05/1981	Bergen (NOR)
40-44	1:24:49	Marcel Jobin	1942	Mont-Royal Francs Amis	19/06/1982	Saint-Louis-de-Terrebonne, QC (CAN)

### 30 km marche route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	2:27:58 ★	Mathieu Bilodeau	1983	C.A. Université Laval	06/08/2021	Sapporo (JAP)
40-44	2:09:32	Marcel Jobin	1942	Mont-Royal Francs Amis	19/06/1982	Saint-Louis-de-Terrebonne, QC (CAN)

### 50 km marche route

Groupe d'âge	Performance	Athlète(s)	Année de naissance	Club	Date du record	Lieu
35-39	3:47:48 ★	Marcel Jobin	1942	C.A. Antilopes	20/06/1981	Saint-Louis-de-Terrebonne, QC (CAN)
40-44	3:55:16 ★	Marcel Jobin	1942		15/04/1984	Etobicoke, ON (CAN)