

LE PRIME 500 PRESTAZIONI – UOMINI

Aggiornamento: 1° Mag 2017

Tabella di raffronto originata dalla stesura delle **Migliori 500 Prestazioni All-time**. Consente un rapido raffronto – all’intervallo di 50 prestazioni per volta – tra le diverse discipline olimpiche (con l’aggiunta di liste ridotte per 3000 m e Marcia 10.000 m). Il confronto visivo rende possibile valutare rapidamente il valore “facciale” dei risultati della stagione, e collocarli in una realtà storica e soprattutto tecnica che, purtroppo, appare piuttosto squilibrata a vantaggio di un passato più o meno recente.

CORSE	50°	100°	150°	200°	250°	300°	350°	400°	450°	500°
100	10"23	10"26	10"27	10"29	10"31	10"32	10"34	10"35	10"36	10"37
200	20"36	20"48	20"58	20"65	20"71	20"76	20"81	20"84	20"87	20"90
400	45"74	45"97	46"06	46"18	46"28	46"34	46"40	46"45	46"51	46"56
800	1'45"19	1'45"80	1'46"20	1'46"49	1'46"71	1'46"92	1'47"08	1'47"21	1'47"38	1'47"52
1500	3'36"30	3'37"63	3'38"35	3'38"95	3'39"41	3'39"87	3'40"22	3'40"62	3'40"88	3'41"26
3000	7'48"59	7'51"33	7'53"02	7'54"79	7'56"05	7'57"06	7'59"50	-		
3000 Sp	8'18"85	8'22"03	8'24"64	8'27"17	8'28"82	8'30"32	8'32"34	8'33"37	8'34"82	8'35"83
5000	13'23"79	13'28"37	13'31"89	13'34"43	13'37"75	13'40"14	13'41"97	13'43"41	13'44"79	13'46"01
10.000	27'57"06	28'13"62	28'24"71	28'32"76	28'39"25	28'45"15	28'49"51	28'53"15	28'56"33	28'59"56
Maratona	2h10'21"	2h11'19"	2h11'58"	2h12'44"	2h13'21"	2h13'51"	2h14'24"	2h14'50"	2h15'15"	2h15'40"

OSTACOLI	50°	100°	150°	200°	250°	300°	350°	400°	450°	500°
110	13"55	13"63	13"68	13"71	13"74	13"77	13"79	13"81	13"84	13"85
400	48"83	49"22	49"47	49"65	49"80	49"90	50"03	50"12	50"21	50"30

STAFFETTE	50°	100°	150°	200°	250°
4x100	38"82	39"06	39"27	39"43	39"59
4x400	3'04"49	3'06"21	3'07"39	3'07"97	-

MARCIA	50°	100°	150°	200°	250°	300°	350°	400°	450°	500°
10.000	39'42"43	40'05"02	40'22"00	40'36"05	40'47"60	40'56"1#	-			
20 Km	1h21'07"	1h22'00"	1h22'34"	1h23'07"	1h23'34"	1h24'06"	1h24'30"	1h24'56"	1h25'19"	1h25'40"
50 Km	3h50'22"	3h54'16"	3h56'32"	3h59'43"	4h02'32"	4h05'44"	4h08'07"	-		

SALTI	50°	100°	150°	200°	250°	300°	350°	400°	450°	500°
Alto	2.30	2.28	2.27	2.27	2.26	2.25	2.25	2.25	2.24	2.24
Asta	5.65	5.60	5.53	5.50	5.50	5.50	5.45	5.40	5.40	5.40
Lungo	8.12	8.03	7.97	7.92	7.89	7.87	7.85	7.83	7.82	7.78
Triplo	17.06	16.91	16.83	16.73	16.65	16.59	16.52	16.47	16.41	16.37

LANCI	50°	100°	150°	200°	250°	300°	350°	400°	450°	500°
Peso	21.11	20.69	20.44	20.27	20.13	20.01	19.90	19.80	19.73	19.63
Disco	64.04	63.30	62.74	62.34	62.07	61.80	61.52	61.37	61.17	61.02
Martello	78.67	77.78	77.14	76.63	76.18	75.82	75.44	75.09	74.83	74.50
Giavellotto	78.10	77.04	76.06	75.42	74.75	74.22	73.78	73.34	72.89	72.48

MULTIPLE	50°	100°	150°	200°	250°	300°	350°	400°	450°	500°
Decathlon	7616	7482	7392	7308	7238	7184	7132	7098	7049	7009