



Raphaël KAPENDA

Sprint – 4x100m – ESPOIR 3

NE LE **04/08/1998**

CLUB ACTUEL **SMAC**

ENTRAINEUR **SERGE MOREAUX**

PROFESSION **ETUDIANT**

STATUT **ESPOIR SPORTIF**

RECORDS PERSONNELS

100m	10.55 +0.6	Liège	01/05/2018
60m	6.79	Gand	12/01/2019
4x100m	39.77	Gävle (SWE)	14/07/2019

PALMARES INTERNATIONAL

2015	CE U20	4x100m	41.41	Séries	Eskilstuna (SWE)
2017	CE U20	4x100m	40.82	8 ^e	Grosseto (ITA)
2019	CE U23	4x100m	39.77	3 ^e	Gävle (SWE)

PALMARES NATIONAL

2015	CB U18 indoor	60m	6.95	2 ^e	Gand
	CB U18 indoor	200m	22.89	3 ^e	Gand
	CB U18	100m	11.09 +1.5	2 ^e	Mouscron
	CB U18	200m	22.49 -1.2	4 ^e	Mouscron
2016	CB U20 indoor	60m	6.98	3 ^e	Gand
	CB U20 indoor	200m	22.43	3 ^e	Gand
	CB	100m	10.71 -0.2	2 ^e	Bruxelles
	CB	200m	21.62 -0.2	2 ^e	Bruxelles
	CB U20	100m	10.76 +1.2	2 ^e	Nivelles
	CB U20	200m	22.22 +0.2	2 ^e	Nivelles
2017	CB U20 indoor	60m	Dq (6.96 en série) -		Gand
	CB U20 indoor	200m	22.05	4 ^e	Gand
	CB univ.	100m	10.63 +0.7	1 ^{er}	Oordegem

	CB univ.	200m	21.80 -0.7	2 ^e	Oordegem
	CB	100m	10.73 +0.7	Séries	Bruxelles
	CB	200m	22.20 +0.1	Séries	Bruxelles
	CB U20	100m	DNF (10.84 en série) -		Huizingen
2018	CB univ. Indoor	60m	6.92		Gand
	CB univ.	100m	10.55 +0.6	1 ^{er}	Liège
	CB univ.	200m	21.72 -1.3	1 ^{er}	Liège
	CB	100m	10.76 +1.0	6 ^e	Bruxelles
	CB	200m	22.40 -2.0	Séries	Bruxelles
2019	CB univ.	100m	10.74 -0.4	1 ^{er}	Oordegem
	CB U23	100m	10.78 -2.1	1 ^{er}	Lebbeke
	CB U23	200m	22.03 -2.3	3 ^e	Lebbeke
2020	CB U23 indoor	60m	6.89	1 ^{er}	Louvain-la-Neuve
	CB U23 indoor	200m	21.83	2 ^e	Louvain-la-Neuve

TITRES FRANCOPHONES TOUTES CATEGORIES

Outdoor	100m	2016-2017
	200m	2017
Indoor	200m	2016

TITRES FRANCOPHONES JEUNES

Outdoor	100m	2014-2016 (U20)-2017 (U20)
	200m	2013-2014-2016 (U20)-2017 (U20)

EVOLUTION

		Club	60m	100m	4x100m
2014	Scolaire	SMAC	7.07	11.06	43.23
2015	Scolaire	SMAC	6.95	10.86	41.16
2016	Junior	SMAC	6.94	10.62	41.63
2017	Junior	SMAC	6.86	10.58	40.10
2018	Espoir	SMAC	6.89	10.55	41.80
2019	Espoir	SMAC	6.79	10.70	39.77
2020	Espoir	SMAC	6.89		