

# SELECTION JEUNE FFN OUEST



# Sélection Jeune FFN OUEST

<b>Ilona Leguen</b>	2001	CN BREST
<b>Logan Fontaine</b>	1999	VIKINGS DE ROUEN
<b>Adèle Blanchetière</b>	1999	EN CAEN
<b>Lucas Hervieu</b>	2000	SC BERNAY NAT
<b>Charline Mace</b>	1999	CN PAUL BERT DE RENNES
<b>Hita Orlane</b>	1999	CN BREST
<b>Pierre Bouchon</b>	1999	REDON NATATION
<b>Référent compétition</b>		Xavier Idoux (CNP Rennes)
<b>Sarah Moreau</b>	2001	EN TOURS
<b>Eleonore Rembert</b>	2001	CHATRES METROPOLE NAT
<b>Léa Caillat Lochon</b>	2001	AC BOURGES
<b>Alexane Cormier</b>	1999	AC BOURGES
<b>Ludivine Long Wah</b>	2000	CNP SAINT LO
<b>Hugo Grandjean</b>	2000	AC BOURGES
<b>Corentin Gouezec</b>	2000	AC BOURGES
<b>Référent compétition</b>		Cécile Duchateau (CTR Centre)
<b>Lucas Hervieu</b>	2000	SC BERNAY NAT
<b>Dany Caille</b>	2000	AC CHOLET
<b>Marie Valerian</b>	2001	ESPADON GRAND QUEVILLY
<b>Justine Caesar</b>	2001	MARSOUINS HEROUVILLE
<b>Alexane Cormier</b>	1999	AC BOURGES
<b>Alexia Saurel</b>	1999	NANTES NAT
<b>Meghan Frouin</b>	2001	AC CHOLET
<b>Enzo Sauda</b>	2000	ANGERS NATATION
<b>Référent compétition</b>		Christophe Bourgeais ( Nantes Natation)

21 nageurs sélectionnés (1999 à 2001) sur les performances des Championnats de France par catégories d'âges et sur les Championnats de France 25 m de la saison.

Objectif de la compétition : se confronter à des nageurs étrangers, réaliser des performances dès le matin en série.

Afin d'organiser le déplacement sur la compétition, nous avons réparti les nageurs par région auprès des référents de chaque territoire afin de faire un retour au plus près des entraîneurs. Les normands ont été dispatchés sur les trois groupes.

## Le Challenge International de Genève :

Le Challenge s'est déroulé sur trois jours complets de compétition avec un niveau relevé pour réaliser une confrontation réelle dès les séries du matin. Les catégories de ce meeting ont évolué et n'ont pas permis aux garçons de s'exprimer pleinement dans cette action. Les filles ont pu profiter de nager séries/finales sur la majorité des épreuves. Globalement les nageurs ont adhéré à cette action et ont réalisé des performances significatives dans une période de travail.

Nous regrettons quand même un petit manque de détermination pour certains face aux épreuves même si la fatigue était présente ou les sensations dans l'eau médiocres.

Catégories finales :

Open garçons : 97 et +	Juniors garçons : 98 et -
Open filles : 98 et +	Juniors Filles : 99 et -

### Finales/Podiums

Nous avons comptabilisé 25 finales en filles et 3 finales en garçons. La sélection est montée 11 fois sur les podiums. Pour cette première sortie en meeting international, les nageurs ont totalisé 37 meilleures performances individuelles.

### Challenge individuel classement toutes disciplines confondues juniors :

- Charline Mace 2<sup>ème</sup>
- Logan Fontaine 3<sup>ème</sup>

### Podiums toutes catégories

- Logan Fontaine : 1<sup>er</sup> au 1500 nl
- Charline Mace : 3<sup>ème</sup> au 800 nl

### Podiums juniors

- Ludivine Long Wah, 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> au 200 et 100 papillon
- Eleonore Rembert : 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> au 200 et 100 dos
- Adèle Blanchetière : 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> au 200 et 100 brasse
- Alexia Saurel : 3<sup>ème</sup> 200 nl
- Logan Fontaine : 2<sup>ème</sup> au 400 nl
- Charline Mace : 2<sup>ème</sup> au 400 nl



## Les Entraînements

Samedi matin : échauffement à sec en commun (15 min principe contraction/relâchement, type russe)

Nous avons suivi les échauffements dans l'eau proposés par les nageurs ou non, nous avons réalisé des échauffements sur place en fonction de la demande (1000 à 2500 m).

Au regard de la période de travail, nous avons effectué des entraînements pour les non finalistes afin de reprendre la semaine d'entraînements sans difficulté.

### Vendredi après-midi pour les non finalistes

- 16x100 1 crawl d1'30, 1 4n d1'45
- 8x50 jambes 15 ondulations, 10 dos d1'15
- 4x100 25 vite spe, 75 rec
- 200 récupération

### Dimanche après-midi pour les non finalistes

- 300 crawl/dos
- 6x100 4n (1jambes/educ/nage complète)
- 8x50 jambes dpt 1'
- 12 x100 nage complète départ 1'30
- 8x50 pull dpt 1'
- 4x100 (50 spé accél/50 cr ampli)
- 200 souple dos

## Résultats : Temps/ Coups de bras/ Fréquences

		400 NL								200 4N				400 NL FINALE							
<b>SARAH MOREAU</b>	Tps cumulé	33"30	1'07"31	1'43"08	2'17"89	2'53"59	3'28"80	4'04"48	<b>4'38"32</b>	32.71	1.12.82	1.59.14	2.33.97	32.18	1.06.71	1.41.64	2.17.01	2.52.32	3.27.55	4.02.63	<b>4.36.38</b>
	Tps/25 ou 50		34.01	35.72	34.86	35.70	35.21	36.05	33.47		40.11	46.32	34.23		34.53	34.93	35.37	35.31	35.25	35.06	33.75
	Coups Bras	36	39	41	41	42	42	45	45	22	38	26	48	36	40	38	41	40	40	44	45
		200 NL				200 NL FINALE				200 PAP				400 4N							
	Tps cumulé	31.07	1.05.01	1.38.96	<b>2.12.37</b>	31.13	1.04.26	1.38.74	<b>2.11.85</b>	33.76	1.12.94	1.54.42	<b>2.30.58</b>	33.60	1.14.93	1.56.47	2.37.83	3.24.77	4.13.01	4.50.32	<b>5.26.12</b>
	Tps/25 ou 50		33.94	33.95	33.41		32.93	34.68	33.11		39.18	41.48	42.16		41.29	41.52	41.36	46.94	48.24	37.31	35.80
	Coups Bras	37	41	43	43	37	37	38,00	42,00	20	23	24,00	24,00	21	24	41	43	23	28	44	43
	FREQ	42.9	40.5	43.3	45.9		42.6	43.3	44.3	42.2	39.7	38.0	37.8								

ORENTIN GOUJZEZEC	100 NL		50 PAP		100 PAP			400 NL						
	Tps cumulé	27"82	<b>58"61</b>	<b>27.21</b>	28.59	<b>1.01.16</b>	29.62	1.01.22	1.34.60	2.08.26	2.41.80	3.15.08	3.49.12	<b>4.22.05</b>
	Tps/25 ou 50		30.79	12.37	12.77	32.57		31.60	33.38	33.66	33.54	33.28	34.04	33.34
	Coups Bras		41		20	23	35	35	35,00	38,00	36,00	38,00	38,00	39,00
	freq	42.5	41.0				38.9	39.1	37.9	37.6	37.1	42.6	40.0	38.0
		<b>200 PAP</b>				<b>200 PAP FINALE</b>								
	Tps cumulé	30.16	1.04.18	1.39.46	<b>2.14.18</b>	30.17	1.04.81	1.40.23	<b>2.16.64</b>					
	Tps/25 ou 50		34.02	35.25	34.75		34.83	34.44	33.60					
	Coups Bras	18	21	24,00	25,00	18	22	23,00	24,00					
freq	42.0	43.0	44.6	46.8	42.8	42.1	42.7	42.7						

HUGO GRANDJEAN	100 NL		100 PAP		400 NL								
	Tps cumulé	27"26	<b>57"73</b>	28.04	<b>59.29</b>	29.27	1.02.00	1.34.86	2.06.37	2.41.41	3.14.44	3.46.93	<b>4.18.04</b>
	Tps/25 ou 50		30.47	12.55	31.25		32.73	32.86	33.51	33.04	33.03	32.49	31.11
	Coups Bras	39	45	20	23	34	36	37,00	39,00	37,00	37,00	38,00	39,00
	FREq	56;2/54.1	51.2/51.4										
		<b>200 4N</b>				<b>200 NL</b>				<b>50 NL</b>			
	Tps cumulé	27.78	1.04.05	1.44.95	<b>2.16.52</b>	28.06	59.76	1.30.84	<b>2.01.45</b>	11.75			
	Tps/25 ou 50		36.27	40.93	31.54		31.70	31.08	30.76	26.09			
	Coups Bras	21	39	23	31	34	38	37	41	53.6/59.0			
FREq					45.3	39.3	41.1	44.6					

VALERIAN MARIE	100 NL		100 BR		200 BR				50 BR		50 NL
	Tps cumulé	28"24	<b>58"59</b>	32.18	<b>1.09.52</b>	35"08	1'15"10	1'56"49	<b>2'36"65</b>	<b>31.98</b>	<b>27.05</b>
	Tps/25 ou 50	12"14	30.15		37.34		39.42	41.39	40.16	14.02	
Coups Bras	34	40	22	25	17	18	20	22	26,00	38,00	

LEA CAILLAT	50 BR		50 NL	100 PAP		50 PAP		50 PAP FINALE	100 BR	
	Tps cumulé	38"61	<b>29.31</b>	32.72	<b>1.11.92</b>	<b>29.64</b>	<b>29.48</b>	39.19	<b>1.23.48</b>	
	Tps/25 ou 50	16"42			39.20	13.31		16.82	44.29	
	Coups Bras	31	40	22	29	25	25	20	24	
FREq		53.2/48.0					60.6/58.4	44.0	38.2	

		50 BR	50 PAP	50 PAP FINALE	100 PAP	100 PAP FINALE			200 BR			
LUDIVINE LONG-WAH	Tps cumulé	<b>35"78</b>	<b>29.61</b>	<b>29.50</b>	31.03	1.06.13	30.67	1.05.03	39.07	1.22.39	2.08.50	<b>2.52.83</b>
	Tps/25 ou 50	15"73			13.93	35.10	13.29	34.36		43.32	46.11	44.33
	Coups Bras	28	25	25	23	28	23	26	23	24	26	26
	freq	53.5/53.5		60.4/60.9					41.1	39.0	38.3	41.6
		100 BR		200 PAP				200 PAP FINALE				
	Tps cumulé	37.97	<b>1.22.00</b>	31.73	1.08.71	1.47.92	<b>2.28.75</b>	32.19	1.09.07	1.45.97	<b>2.23.01</b>	
	Tps/25 ou 50		44.03		36.98	39.23	40.81		36.88	36.90	37.05	
	Coups Bras	22	26	22	27	28,00	29,00	22	27	27,00	28,00	
	freq	46.2/40.9	38.6	50.9	50.2	49.8	50.2	48.5	48.1	50.1	52.3	

		50 BR	200 4N				200 4N FINALE				100 NL		400 4N								
ALEXANE CORMIER	Tps cumulé	<b>37"21</b>	31.60	1.09.95	1.55.07	<b>2.30.00</b>	31.31	1.08.97	1.52.71	2.27.31	30.33	<b>1.02.27</b>	31.79	1.09.52	1.48.17	2.26.58	3.11.05	3.56.94	4.31.57	<b>5.07.40</b>	
	Tps/25 ou 50	16"98		38.35	45.13	34.92		37.66	43.73	34.60		31.94		37.73	38.65	38.41	44.47	45.89	35.03	35.43	
	Coups Bras	25	24	40	23	41	24	43	23	43	38	42	23	27	42	43	23	24	41	42	
	Freq	49.4/46.1									45.6/44.5	43.1	52.7	51.7	38.2	38.2	35.2	35.0	40.9	38.8	
		<b>200 nl</b>				<b>200 nl FINALE</b>				<b>200 PAP</b>				<b>200 PAP FINALE</b>							
	Tps cumulé	30.94	1.04.19	1.38.76	<b>2.12.31</b>	30.42	1.04.12	1.38.15	<b>2.12.59</b>	32.72	1.11.75	1.51.43	<b>2.31.25</b>	32.87	1.10.88	1.50.77	<b>2.31.64</b>				
	Tps/25 ou 50		33.25	34.57	33.55		33.70	34.03	34.44		39.03	39.68	39.82		38.01	39.89	40.87				
	Coups Bras	38	41	44	46	36	42	41	46	23	26	27,00	30,00	23	26	28	30				
	Freq	43.3	42.8	42.1	42.3	44.2	41.5	39.4	42.8	53.7	45.8	47.2	51.5	49.4	47.7	48.1	49.3				

		200 DOS				200 4N				50 DOS	50 DOS FINALE	
AGATHE GOURAUD	Tps cumulé	35"13	1'13"72	1'54"06	<b>2'34"39</b>	31.71	1.12.12	1.58.13	<b>2.36.80</b>	31.41	<b>30.95</b>	
	Tps/25 ou 50		38.59	40.34	40.33		40.41	46.01	38.15			
	Coups Bras	36	41	43	44	24	41	26,00	47,00	42,00		
	Freq										53.7/50.4	
		<b>100 dos</b>			<b>100 dos FINALE</b>		<b>200 BRASSE</b>					
	Tps cumulé	33.17	<b>1.09.33</b>	32.50	<b>1.08.07</b>	31.71	1.12.12	1.58.13	<b>2.36.80</b>			
	Tps/25 ou 51		36.16		35.57							
	Coups Bras	37	42	39	44	24	41	26,00	47,00			
	Freq	46.3/43.3	41.3/42.0	48.6/47.6	44.6/43.3							

		200 DOS				200 4N				100 DOS		100 DOS FINALE		
ELEONORE REMBERT	Tps cumulé	34"33	1'11"80	1'50"17	<b>2'29"34</b>	31.98	1.10.27	1.55.98	<b>2.33.88</b>	33.01	1.08.22	32.36	<b>1.07.96</b>	
	Tps/25 ou 50		37.47	38.37	39.17		38.29	45.71	37.90		35.21		35.60	
	Coups Bras					23	39	26	45	37	43	37	43	
	Freq									43.5	43.0/41.4	48.6/46.2	43.7/41.9	
		<b>200 DOS FINALE</b>				<b>100 NL</b>		<b>50 DOS</b>	<b>50 DOS FINALE</b>					
	Tps cumulé	34.30	1.11.23	1.49.04	<b>2.25.93</b>	29.69	1.02.82	31.75	<b>31.28</b>					
	Tps/25 ou 50		37.03	37.71	36.89	13.48	33.13	14.59						
	Coups Bras	34	41	42	42	40	43	36	37					
	Freq					47.2	46.0		50.4/46.6					

		200 DOS				200 4N					
JUSTINE CEASAR	Tps cumulé	35"74	1'14"58	1'54"11	<b>2'34"01</b>	33.59	1.14.53	2.01.05	<b>2.31.45</b>		
	Tps/25 ou 50		38.84	39.53	39.90		40.94	47.12	36.80		
	Coups Bras	35	39	40	39	23	44	25	42		
		<b>100 NL</b>			<b>50 DOS</b>	<b>50 DOS FINALE</b>		<b>200 NL</b>		<b>100 DOS</b>	
	Tps cumulé	30.04	<b>1.02.39</b>	<b>32.32</b>	32.4	31.57	1.06.53	1.42.30	<b>2.18.20</b>	34.56	1.12.01
	Tps/25 ou 50		32.35	14.76	15.80		34.96	35.77	35.90		37.45
	Coups Bras	39	43	39		34	38	40	42	38	41
	Freq	48.7	45.8		46.0/43.7	38.8	37.6	37.4	37.3	35.7	37.1/36.4



PIERRE BOUCHON	1500 NL				100 dos				400 4N										
	Tps cumulé	29"33	1.02.30	1.36.15	2.10.23	2.44.44	3.18.90	3.53.53	<b>4.28.38</b>	30.25	1.02.83	29.49	1.06.55	1.44.27	2.20.85	3.04.56	3.47.26	4.22.87	<b>4.55.80</b>
	Tps/25 ou 50	5.03.51	5.38.57	6.13.15	6.48.68	7.24.15	7.59.34	8.33.98	9.09.61		32.58		37.06	37.72	36.58	43.65	44.29	33.65	32.66
	Coups Bras	9.44.59	10.20.10	10.55.29	11.31.34	12.06.11	12.41.72	13.17.46	13.52.73	33	37	20	22	34	35	29	20	35	38
	Freq	14.28.28	15.03.93	15.39.44	16.15.51	16.49.43	<b>17.21.88</b>			42.4/39.4	39.5	44,5	41,3	31,7	32,4	31,4	31,0	35,5	37,3
		<b>200 NL</b>				<b>400 NL</b>				<b>200 4N</b>									
	Tps cumulé	27.85	59.26	1.31.17	<b>2.02.67</b>	28.78	1.01.06	1.33.51	2.06.36	2.38.71	3.12.22	3.45.40	<b>4.17.10</b>	28.67	1.05.49	1.48.83	<b>2.20.73</b>		
	Tps/25 ou 50		31.41	31.91	31.50		32.28	32.45	32.85	32.29	33.57	33.18	31.70		36.82	43.34	31.90		
	Coups Bras	31	33	36	39	29	30	31	31	31	32	35	39	22	37	22	37		
Freq	38.2	34.0	37.5	40.0	36.6	30.9	31.4	31.1	32.3	32.0	35.7	38.3							

DANY CAILLE	1500 NL				400 NL												
	Tps cumulé	30.61	1.03.07	1.36.78	2.10.02	2.43.90	3.17.12	3.50.96	4.24.34	29.58	1.01.92	1.34.44	2.07.38	2.40.16	3.13.14	3.45.55	<b>4.16.47</b>
	Tps/25 ou 50	5.31.54	6.05.42		7.12.95	7.46.51	8.20.33		9.28.03		32.34	32.52	32.94	32.78	32.98	32.41	30.2
	Coups Bras		10.35.50	11.09.19	11.43.26	12.17.06	12.51.32	13.25.27	13.59.56	35	40	40	41	41	41	41	44
	Freq	14.33.59	15.08.02	15.42.08	16.16.22	<b>16.48.64</b>											
		<b>200 NL</b>				<b>100 dos</b>				<b>200 DOS</b>							
	Tps cumulé	28.93	1.00.79	1.32.25	<b>2.03.96</b>	31.96	<b>1.05.94</b>	33.37	1.08.65	1.44.71	<b>2.19.13</b>						
	Tps/25 ou 50		31.86	31.46	31.71		33.98		35.28	35.72	34.76						
	Coups Bras	38	42	42	45	36	42	35	38	38	41						
Freq	47.6	44.5	44.7	45.8	44.7/38.4	39.4/39.1	38.3	36.0	36.3	37.5							

ILONA LE GUEN	100 PAP		100 NL		50 DOS		50 DOS FINALE		100 DOS		50 NL		50 NL FINALE	
	Tps cumulé	31.10	<b>1.09.94</b>	29.38	<b>1.01.28</b>	<b>32.49</b>	<b>32.38</b>		34.40	<b>1.11.45</b>	<b>27.60</b>	<b>27.51</b>		
	Tps/25 ou 50		38.84		31.90				37.05	12.38	12.23			
	Coups Bras	22	25	38	44	32	39		35	45		42		
	Freq	54.5/49.5	43.6/41	45.4	44.8	49.5/40.5	54.0/48.5		45.0/40.4	38.7/38.7	60.2/53.2	58.8/54.8		
		50 NL		50 NL FINALE		200 DOS				200 DOS FINALE				
	Tps cumulé	<b>27.60</b>	<b>27.51</b>	35.15	1.14.16	1.53.71	<b>2.32.94</b>		35.79	1.13.76	1.54.82	<b>2.33.77</b>		
	Tps/25 ou 50	12.38	12.23		39.01	39.55	39.23			38.07	41.06	38.85		
	Coups Bras		42	33	36	40	41		33	36	40	41		
Freq	60.2/53.2	58.8/54.8	36	34,2	35,1	36,1		36	34,2	35,1	36,1			



LOGAN FONTAINE	100 PAP		1500 NL				200 NL FINALE										
	Tps cumulé	28.10	<b>1.01.44</b>	28.39	59.82	1.31.02	2.03.24	2.34.80	3.06.93	3.38.53	4.10.74	28.02	57.93	1.28.43	<b>1.56.91</b>		
	Tps/25 ou 50			4.42.53	5.15.57	5.47.22	6.20.06	6.52.08	7.24.90	7.56.94	8.29.62		29.91	30.50	28.48		
	Coups Bras	21	24	9.34.70	10.06.77	10.39.67	11.11.73	11.44.47	12.10.55	12.49.08	13.21.15	32	32	33	36		
	Freq			13.53.90	14.26.01	14.58.62	15.30.71	<b>16.00.79</b>				42.7	38.2	34.6	42.1		
		<b>200 NL</b>				<b>200 PAP</b>				<b>200 PAP FINALE</b>							
	Tps cumulé	27.41	57.66	1.28.33	<b>1.59.23</b>	30.17	1.05.00	1.39.44	<b>2.13.04</b>	30.40	1.04.34	1.37.61	<b>2.11.24</b>				
	Tps/25 ou 50		30.25	31.17	30.40		34.02	35.25	34.75		33.94	33.27	33.63				
	Coups Bras	32	34	33	37	18	22	23	24	19	22	23	24				
	Freq	42.9	35.1	34.8	40.0	45.0	42.9	45.0	48.0	45.0	42.4	45.8	45.9				
	400 NL								400 NL FINALE								
Tps cumulé	28.05	58.79	1.30.33	2.02.57	2.34.74	3.07.41	3.39.75	<b>4.10.73</b>	27.91	58.26	1.29.10	2.00.37	2.31.39	3.02.73	3.33.57	<b>4.02.84</b>	
Tps/25 ou 50		30.74	31.54	32.24	32.17	32.67	32.73	31.70		30.35	30.84	31.27	31.02	31.34	31.24	28.87	
Coups Bras	32	32	31	32	31	31	31	33	30	32	32	32	32	31	31	33	
Freq	41.6	34.4	32.9	33.2	32.6	31.7	32.0	41.8	43.0	33.8	33.5	32.3	33.5	32.4	33.5	41.2	

MEGHAN FROUJIN	200 4N				100 NL						
	Tps cumulé	31.46	1.12.22	1.56.86	<b>2.33.63</b>	29.54	<b>1.01.70</b>				
	Tps/25 ou 50		40.76	44.74	36.07		32.16				
	Coups Bras	23	39	22	39	37	40				
	Freq					48.0/45.1	48.0/41.5				
		200 NL				100 BR		200 DOS			
	Tps cumulé	31.67	1.06.28	1.40.87	<b>2.14.18</b>	38.63	<b>1.19.94</b>	35.90	1.15.87	1.57.97	<b>2.38.32</b>
	Tps/25 ou 50		34.61	34.59	33.41		41.31		38.97	42.20	41.25
	Coups Bras	34	38	39	41	21	23				
	Freq	38.8	37.6	35.6	40.3						

ENZO ZAUDA	400 NL								
	Tps cumulé	28.93	1.01.24	1.35.13	2.08.69	2.42.85	3.16.96	3.50.60	<b>4.22.89</b>
	Tps/25 ou 50		32.31	33.89	33.56	34.16	34.11	33.64	32.29
	Coups Bras	34	41	41	41	44	43	44	43
	Freq	41.3	42.5	42.2	41.8	41.7	40.7	40.5	43.2
		200 4N				200 NL			
	Tps cumulé	30.33	1.07.36	1.50.78	2.21.19	28.37	1.00.28	1.33.29	<b>2.05.66</b>
	Tps/25 ou 50		37.03	43.42	30.41		31.91	33.01	32.37
	Coups Bras	21	41	21	45	36	44	42	47
Freq					49.7	45.0	46.3	47.6	

RLANE HITA	100 NL		400 4N							200 NL							
	Tps cumulé	29.73	<b>1.01.56</b>	32.54	1.10.70	1.51.28	2.30.46	3.16.72	4.01.01	4.37.73	<b>5.11.55</b>	30.61	1.04.35	1.48.81	<b>2.12.97</b>		
	Tps/25 ou 50		31.83		38.16	40.78	38.98	46.26	44.97	36.04	33.82		33.74	34.46	34.16		
	Coups Bras	38	45	24	27	44	44	22	23	43	42	37	41	41	44		
	Freq	47.8/44.1	45.5/46.1									42.4	41.0	40.5	42.7		
		200 DOS				200 DOS FINALE				200 4N				200 4N FINALE			
	Tps cumulé		1.10.86	1.49.36	<b>2.27.89</b>		1.12.47	1.49.69	<b>2.26.14</b>		1.09.70	1.55.37	<b>2.29.75</b>	32.11	1.10.60	1.55.90	<b>2.30.48</b>
	Tps/25 ou 50	34"09	36"79	38"50	38"51	34"54	37"93	37"22	36"45	31"79	37"91	46"67	34"48		38.49	45.30	34.58
	Coups Bras	35	42	44	47	36	42	46	49	26	48	29	44				
Freq	42,3	41	40,9	40,1	41,5	37,8	42,9	44,8	55,7	44,6	41,9	41,1					

LUCAS HERVIEU	50 BR		200 4N				100 BR			200 BRASSE			
	Tps cumulé	31.87	31.72	<b>1.11.54</b>	1.52.05	2.25.45	32.96	<b>1.10.85</b>	35.64	1.15.99	1.57.20	<b>2.38.30</b>	
	Tps/25 ou 50	14.52		39.82	40.51	33.40		37.89		40.35	41.21	41.10	
	Coups Bras	26	22	36	24	35	23	26	21	20	22	23	
	Freq	58.0/57.1						53.8/48.9	49.5/48.2	35	33,6	34,3	38,6

		200 BR				200 BR FINALE				400 4N							
ALEXIA SAUREL	Tps cumulé	38.57	1.21.49	2.04.58	2.48.86	36.58	1.17.68	1.59.51	<b>2.40.30</b>	32.76	1.11.68	1.552.61	2.33.01	3.16.19	3.59.51	4.35.05	<b>5.08.98</b>
	Tps/25 ou 50		43.14	43.09	43.98		40.50	42.43	40.79		38.92	40.93	40.40	43.18	43.32	35.54	33.93
	Coups Bras	19	20	21	20	21	21	22	22	25	28	38	42	21	20	39	40
	Freq	34.4	32.0	33.9	33.3	42.6	36.0	37.4	36.9	51.1	49.1	33.2	33.5	34.2	32.3	36.7	36.5
		<b>200 NL</b>				<b>200 NL FINALE</b>				<b>400 NL</b>							
	Tps cumulé	31.07	1.04.46	1.37.26	<b>2.10.26</b>	30.34	1.03.03	1.35.82	<b>2.07.76</b>	31.62	1.05.17	1.40.25	2.15.52	2.50.57	3.25.95	4.01.39	<b>4.35.85</b>
	Tps/25 ou 50		33.39	32.80	33.00		32.69	32.79	31.94		33.55	35.08	35.27	35.05	35.38	35.44	35.48
	Coups Bras	35	39	39	40	35	38	39	39								
	Freq	41.1	38.3	40.0	39.9	41.1	39.2	38.8									
		<b>100 BR</b>			<b>200 4N</b>			<b>200 4N FIN</b>									
	Tps cumulé	36.95	1.18.10	33.15	1.13.91	1.57.21	<b>2.31.05</b>	33.31	1.13.42	1.57.33	<b>2.35.53</b>						
	Tps/25 ou 50		41.15		40.76	43.30	33.84		40.11	43.93	34.18						
	Coups Bras	21	24														
	Freq	41.7/40.8	41.9/41.2														
		<b>400 NL FINALE</b>															
	Tps cumulé	31.46	1.05.02	1.39.31	2.13.85	2.48.45	3.23.23	3.57.71	<b>4.31.91</b>								
Tps/25 ou 50		33.56	34.29	34.54	34.60	34.78	34.48	34.20									

		200 BR				800 NL									
ADELE BLANCHETIERE	Tps cumulé	36.25	1.16.79	1.58.29	<b>2.39.99</b>	33.83	1.11.01	1.48.25	2.20.81	3.02.86	3.40.70	4.17.91	4.55.46		
	Tps/25 ou 50		40.54	41.50	41.70	5.36.63	6.10.40	6.48.05	7.26.09	8.03.90	8.41.57	9.17.74	<b>9.53.24</b>		
	Coups Bras	19	20	22	22										
	Freq	36.2	34.2	36.6	37.8										
		<b>100 BR</b>		<b>100 DOS</b>		<b>100 BR FINALE</b>			<b>400 NL</b>						
	Tps cumulé	35.79	<b>1.16.47</b>	38.43	<b>1.20.72</b>	35.31	<b>1.14.25</b>	33.55	1.10.41	1.47.62	2.26.52	3.04.36	3.42.70	4.21.03	<b>4.57.84</b>
	Tps/25 ou 50		40.68		42.29		38.94	36.86	37.53	38.58	37.84	38.34	38.33	38.12	36.84
	Coups Bras	20	23	42	45	22	25	32	37	37	38	36	37	37	38
	Freq	41.2/37.0	38.7/39.6	40.4/36.4	34.4/34.1	45.2/42.4	42.0/44.1	35	32,6	32,4	31,8	31,8	31,6	30,6	32,7
		<b>200 BR FINALE</b>				<b>200 4N</b>									
	Tps cumulé	35.93	1.16.31	1.57.56	<b>2.39.38</b>	32.75	1.16.63	.58.71	<b>2.35.52</b>						
	Tps/25 ou 50		40.38	41.25	41.82		43.88	42.08	36.61						
Coups Bras	18	22	23	23	22	40	20	39							
Freq	37.8	35.8	36.2	38.5	45,5	29,5	32,2	35,1							

		800 NL								400 NL							
CHARLINE MACE	Tps cumulé	32.70	1.06.92	1.41.74	2.16.29	2.51.47	3.25.65	4.00.76	4.34.91	31.88	1.05.43	1.39.70	2.14.19	2.48.54	3.22.95	3.57.29	4.30.36
	Tps/25 ou 50	5.09.72	5.43.97	6.19.20	6.54.10	7.29.19		8.39.04	9.10.68		33.55	34.27	34.49	34.35	34.41	34.34	33.07
		<b>200 NL</b>								<b>400 NL finale</b>							
	Tps cumulé	32.81	1.07.10	1.40.07	<b>2.12.96</b>						1.05.29	1.38.76	2.12.86	2.46.43	3.20.72	3.55.37	4.25.63
	Tps/25 ou 50		34.29	33.57	32.29					31"34	33"74	33"40	34"11	33"59	33"85	33"31	32"20
	Coups Bras	35,00	41	43	48					36	40	40	40	41	41	42	45
	Freq	38.7	39.3	42.3	46.5					40,0	38,3	40,2	37,6	40,0	39,9	41,7	42,8

Merci à Christophe Bourgeais et Xavier Idoux pour l'encadrement !

