



COUPE DE FRANCE DES REGIONS JEAN-POMMAT

14 et 15 mai 2010 à Saint-Malo



Après un an d'interruption la Fédération Française de Natation a renouvelé l'événement rassemblant les sélections régionales minimales et cadets(tes) pour une nouvelle édition de la Coupe de France des Régions Jean Pommat avec un nouveau règlement. 20 régions ont répondu présentes pour l'édition 2010 dont la présence d'une équipe rassemblant des nageurs et nageuses des TOM-COM et de Corse.

C'est à Saint Malo que la confrontation de la 17ème édition a eu lieu dans la piscine olympique municipale du NAYE.



DELEGATION

Chef de délégation : Mme Raymonde DEMARLE

Encadrement : Carolle ANDRACA : CTS-R Ile de France Natation (coordination technique)

Patrick DREANO : CTS-R Ile de France Natation (équipe minimales filles)

Sandrine GENEVOIS : CN Viry-Châtillon (équipe minimales garçons)

Nicolas POISSIER : SFOC (équipe cadettes)

Nicolas SCHERER : CTS-R Ile de France Natation (équipes cadets)

EQUIPE FILLES

Capitaine Julie FOURTIER

Minimes	Cyrielle CHALVET Dzevka DRAGIC Joy LECLERE Anaïs LIEBAUT Noémie VOLPIHAC Ella TULLIEZ Mélanie POULAIN Elsa LEGER Elise GOUARIN	Cergy-pontoise natation (95) ES Massy (91) Etoile St leu-Montigny-Sannois (95) Nogent Natation 94 (94) AAS Sarcelles natation (95) ES Massy (91) CS Meaux natation (77) CSN Guyancourt (78) SN Versailles (78)
Cadettes	Julie FOURTIER Anaïs BONAVENTURE Jessica FONTAINE Nolwenn PATRIE Solène DEL'HOMME	CSN Guyancourt (78) E Vélizy-Villacoublay (78) AC Pontault-Roissy (77) AC Villepinte (93) Lagardère Paris Racing (75)

EQUIPE GARCONS

Capitaine Thibault CAPITAINE

Minimes	Igor DUPUIS Pierre ROUAULT Titouan BOQUET Rémi COUDERT Evan SUGRANES Philippe THEILLER Florian SALAMANCA Titouan MOURAIT	CNO St Germain-en-Laye (78) CN Poissy (78) Mouettes de Paris (75) Cergy-Pontoise natation (95) CN Viry-Châtillon (91) Cergy-Pontoise natation (91) AC Pontault-Roissy (77) US Jeunesse Mitry-Mory (77)
---------	---	---

	Antoine GOZDOWSKI	CN Verneuil-Vernouillet (78)
Cadets	Thibault CAPITAINE Joris VIAUT Sébastien DARCHY Cédric GENISSEL Benjamin DUBUS	Cergy-Pontoise natation (95) AC Pontault-Roissy (77) Nogent natation 94 (94) AC Villepinte (93) Lagardère Paris Racing (75)



ORGANISATION DU DEPLACEMENT

CONDITIONS MATERIELLES :

Le déplacement vers St Malo s'est effectué en car en partant du CIF, bd mortier à Paris, avec une destination première au CREPS de Dinard, puisque c'est dans cet établissement que l'équipe francilienne fut hébergée. Nous y avons retrouvé les équipes de Bretagne, du Centre et des TOM-COM Corse.

Le CREPS et la piscine sont séparés par la Rance, rivière que nous traversions 4 fois par jour. La durée du trajet est aléatoire car une écluse coupe le pont servant d'usine hydroélectrique. Heureusement l'ouverture et fermeture n'ont eu lieu qu'une seule fois durant nos traversées. Les déplacements CREPS-piscine n'excédaient pas 15-20mn.

Les repas ont lieu au CREPS dans la nouvelle salle de restauration. La variété et la qualité des repas sont à l'image d'un établissement de Jeunesse et Sport (encore mais pas pour longtemps) accueillant de façon permanente des Pôles. Les chambres de 2 ou 3 lits sont situées sur trois étages ce qui ne facilita pas la surveillance puisque les équipes étaient mélangées cependant le comportement exemplaire de l'ensemble des nageurs nous a permis de passer des soirées tranquilles.

La piscine est de 8 couloirs, avec un bassin de récupération de 15 mètres dans la même enceinte. L'installation sportive est peu adaptée mais le club responsable de l'organisation de la compétition a fait de son mieux pour que la compétition s'y déroule dans les meilleures conditions. L'espace est exigüe pour accueillir 560 nageurs mais chaque équipe a trouvé les moyens pour être présent autour du bassin pour encourager son représentant.

Des changements d'horaires de dernière minute (pas tous annoncés) n'ont pas favorisé la récupération ou l'entraînement pour certains.



PLANNING DE LA COMPETITION :

Jeudi 13 mai	9h – 16h 16h – 16h30 17h - 18h30 19h 21h30	Voyage Paris – Dinard Installation au CREPS Piscine de St Malo Briefing avec l'équipe Entraînement Dîner Retour en chambres
Vendredi 14 mai	6h45 7h15 7h50-8h45 9h-11h 12h Jusqu'à 13h45 13h45 14h15 à 15h 15h-16h10 16h15 16h30-18h30 19h15 20h15 21h30	Petit déjeuner Départ piscine Echauffement /entraînement Compétition Déjeuner Sieste Départ piscine Attente devant la piscine qui n'ouvre qu'à 15h au lieu de 14h30 !!!!!!! Echauffement /entraînement Défilé des équipes Compétition Dîner Débriefing sur la plage Retour en chambres
Samedi 15 mai	6h45 7h15 7h50-8h45 9h-11h 12h Jusqu'à 13h45 13h45 14h30-15h50 16h-18h 18h30 20h15 21h15 22h30	Petit déjeuner Départ piscine Echauffement /entraînement Compétition Déjeuner Sieste Départ piscine Echauffement /entraînement Compétition Récompenses Dîner Débriefing Crêpes de Bretagne offertes par le CIF Retour en chambres
Dimanche 16 mai	7h45 8h30 – 14h30	Petit déjeuner Voyage Dinard - Paris



CLASSEMENTS

	REGIONS	MINIMES FILLES	CLT	MIN GARCONS	CLT	CAD FILLES	CLT	CAD GARCONS	CLT	TOTAL
1	COTES AZUR	653	1	648	1	357	3	359	4	2017
2	IDF	594	4	642	2	350	7	361	3	1947
3	DOMTOM CORSE	616	2	600	5	316	14	388	1	1920
4	PICARDIE	567	10	620	3	376	1	356	5	1919
5	MIDI PYR	584	5	615	4	352	6	354	6	1905
6	AUVERGNE	601	3	581	7	355	4	362	2	1899
7	LANGUEDOC ROU	575	7	598	6	336	8	350	7	1859
8	NPDC	554	12	540	13	361	2	339	9	1794
9	BRETAGNE	583	6	558	9	321	13	324	10	1786
10	BOURGOGNE	531	14	544	12	324	12	349	8	1748
11	AQUITAINE	561	11	504	16	355	5	310	14	1730
12	LORRAINE	571	8	563	8	325	11	263	20	1722
13	NORMANDIE	570	9	550	11	283	18	295	16	1698
14	LYONNAIS	526	15	496	19	331	9	322	11	1675
15	CHAMP ARDENN	505	18	533	14	326	10	284	19	1648
16	POITOU CHAR	523	16	527	15	292	17	286	18	1628
17	PROVENCE	491	19	503	18	312	15	317	12	1623
18	CENTRE	541	13	468	20	310	16	295	15	1614
19	PDLLOIRE	515	17	504	17	271	20	316	13	1606
20	FR COMTE	487	20	554	10	271	19	294	17	1606

RESULTATS CADETTES :

100m Nage libre :	PATRIE Nolwenn	1:01:51	13 ^{ème}
100m Dos :	BONAVENTURE Anaïs	1:07:85	4 ^{ème}
100m Brasse :	FONTAINE Jessica	1:18:27	12 ^{ème}
100m Papillon :	PATRIE Nolwenn	1:05:72	6 ^{ème}
400m 4 Nages :	FOURTIER Julie	5:03:18	1 ^{ère}
Relais 4x100m 4 Nages :		4:34:78	6 ^{ème}
Relais 4x200m Nage libre :		9:00:65	10 ^{ème}

RESULTATS CADETS :

100m Nage libre :	VIAUT Joris	55:97	12 ^{ème}
100m Dos :	DARCHY Sébastien	1:04:19	13 ^{ème}
100m Brasse :	CAPITAINE Thibault	1:07:17	1 ^{er}
100m Papillon :	GENISSEL Cédric	58:33	2 ^{ème}
400m 4 Nages :	VIAUT Joris	4:47:53	4 ^{ème}
Relais 4x100m 4 Nages :		4:02:04	2 ^{ème}
Relais 4x200m Nage libre :		8:10:66	6 ^{ème}

RESULTATS MINIMES FILLES:

50m Nage libre :	POULAIN Mélanie	28:67	5 ^{ème}
50m Dos :	VOLPILHAC Noémie	32:50	6 ^{ème}
50m Brasse :	LECLERE Joy	36:58	6 ^{ème}
50m Papillon :	GOUARIN Elise	31:15	10 ^{ème}
200m Nage libre :	POULAIN Mélanie	2:13:95	6 ^{ème}
200m Dos :	CHALVET Cyrielle	2:27:24	4 ^{ème}
200m Brasse :	LIEBAUT Anaïs	2:55:30	12 ^{ème}
200m Papillon :	DRAGIC Dzevka	2:40:84	14 ^{ème}
200m 4 Nages :	TULLIEZ Ella	2:37:84	11 ^{ème}
400m Nage libre :	VOLPILHAC Noémie	4:35:22	6 ^{ème}
Relais 4x100m 4 nages :		4:40:87	7 ^{ème}
Relais 8x100m Nage libre :		8:19:09	3 ^{ème}

RESULTATS MINIMES GARCONS :

50m Nage libre :	THEILLER Philippe	26:04	6 ^{ème}
50m Dos :	BOQUET Titouan	29:80	2 ^{ème}
50m Brasse :	COUDERT Rémi	33:19	6 ^{ème}
50m Papillon :	SALAMANCA Florian	28:43	10 ^{ème}
200m Nage libre :	SALAMANCA Florian	2:03:59	4 ^{ème}
200m Dos :	DUPUIS Igor	2:11:23	1 ^{er}
200m Brasse :	SUGRANES Evan	2:34:60	3 ^{ème}
200m Papillon :	MOURAIT Titouan	2:17:33	4 ^{ème}
200m 4 Nages :	ROUAULT Pierre	2:19:45	7 ^{ème}
400m Nage libre :	DUPUIS Igor	4:08:77	1 ^{er}
Relais 4x100m 4 nages :		4:09:67	1 ^{er}
Relais 8x100m Nage libre :		7:41:40	3 ^{ème}



Nom: VOLPILHAC		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Noémie		(RELAIS 4N)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	7ème	25				50,6				
Saint-Malo		50	28"80	28"80	48,2%	48,4	2,10	42,0	3,65	1,74
		75		-28"80		45,0				
1er 50 m	28"80	100	59"78	59"78	51,8%	45,3	2,14	45,0	3,46	1,61
2ème 50 m	30"98		Moyenne	14"95		47,3	2,12	43,5	3,55	1,67

Nom: VOLPILHAC		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Noémie		(RELAIS NL)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25								
Saint-Malo		50	29"23	29"23	48,6%	51,6	3,98	42,0	6,80	1,71
		75		-29"23						
1er 50 m	29"23	100	1'00"15	60"15	51,4%	49,0	3,96	44,0	6,40	1,62
2ème 50 m	30"92		Moyenne	15"04		50,3	1,98	43,0	3,30	1,66

Nom: CHALVET		Bassin: 50m				Epreuve: 200m dos				
Prénom: Cyrielle										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	4ème	25								
Saint-Malo		50	35"64	35"64	24,2%	39,3	2,14	38,0	3,00	1,40
		100	1'12"17	36"53	24,8%	37,5	2,19	42,0	3,00	1,37
		150	1'50"28	38"11	25,9%	37,7	2,09	44,0	2,74	1,31
1er 100m	1'12"17	200	2'27"24	36"96	25,1%	36,9	2,20	46,0	2,98	1,35
2ème 100m	1'15"07		Moyenne	36"81		37,9	2,15	42,5	2,92	1,36

Nom: CHALVET		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Cyrielle		(RELAIS 4N)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	7ème	25				46,6				
Saint-Malo		50	33"92	33"92	48,2%	42,3	1,99	43,0	2,93	1,47
		75		-33"92		38,9				
1er 50 m	33"92	100	1'10"31	70"31	51,8%	39,5	2,10	44,0	2,89	1,37
2ème 50 m	36"39		Moyenne	17"58		41,8	2,04	43,5	2,90	1,42

Nom: CHALVET		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Cyrielle		(RELAIS NL)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				56,1				
Saint-Malo		50	29"04	29"04	47,5%	51,0	1,93	44,0	3,32	1,72
		75		-29"04		49,5				
1er 50 m	29"04	100	1'01"08	61"08	52,5%	48,8	1,91	48,0	2,97	1,56
2ème 50 m	32"04		Moyenne	15"27		51,4	1,91	46,0	3,13	1,64

Date		S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu		Place	(m)	(sec)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010		S	15								
CDF des régions		6ème	25				50,4				
Saint-Malo			50	36"58	36"58	100,0%	53,2		28,0		
				Moyenne	18"29		51,8	1,58	28,0	2,16	1,37

Date		S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu		Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010		S	15								
CDF des régions		3ème	25				48,4				
Saint-Malo			50	30"41	30"41	48,1%	47,2	2,06	40,0	3,39	1,64
			75		-30"41		42,7				
1er 50 m		30"41	100	1'03"21	63"21	51,9%	43,1	2,13	45,0	3,25	1,52
2ème 50 m		32"80									
				Moyenne	15"80		45,4	2,09	42,5	3,31	1,58

Date		S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu		Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010		S	15								
CDF des régions		12ème	25								
Saint-Malo			50	39"17	39"17	22,3%	34,1	2,25	19,0	2,87	1,28
			100	1'23"37	44"20	25,2%	34,1	1,99	22,0	2,25	1,13
			150	2'09"30	45"93	26,2%	34,2	1,91	23,0	2,08	1,09
1er 100m		1'23"37	200	2'55"30	46"00	26,2%	34,5	1,89	24,0	2,05	1,09
2ème 100m		1'31"93									
				Moyenne	43"83		34,2	2,00	22,0	2,28	1,14

Date		S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu		Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010		S	15								
CDF des régions		3ème	25				57,7				
Saint-Malo			50	30"86	30"86	47,6%	55,0	1,73	49,0	2,80	1,62
			75		-30"86		52,6				
1er 50 m		30"86	100	1'04"87	64"87	52,4%	52,0	1,69	46,0	2,48	1,47
2ème 50 m		34"01									
				Moyenne	16"22		54,3	1,70	47,5	2,62	1,54

Date		S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu		Place	(m)	(sec)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010		S	15								
CDF des régions		10ème	25				60,4				
Saint-Malo			50	31"15	31"15	100,0%	58,4		26,0		
				Moyenne	15"58		59,4	1,62	26,0	2,60	1,61

Nom: GOUARIN		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Elise		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				52,0				
Saint-Malo		50	29"26	29"26	47,8%	49,7	2,02	41,0	3,45	1,71
		75		-29"26		47,9				
1er 50 m	29"26	100	1'01"23	61"23	52,2%	47,1	1,98	48,0	3,09	1,56
2ème 50 m	31"97		Moyenne	15"31		49,2	1,99	44,5	3,25	1,63

Nom: DRAGIC		Bassin: 50m				Epreuve: 200m papillon				
Prénom: Dzevka										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	14ème	25								
Saint-Malo		50	33"22	33"22	20,7%	38,5	2,35	18,0	3,53	1,51
		100	1'11"11	37"89	23,6%	38,9	2,04	22,0	2,69	1,32
		150	1'54"03	42"92	26,7%	39,4	1,77	23,0	2,07	1,16
1er 100m	1'11"11	200	2'40"84	46"81	29,1%	32,2	1,99	22,0	2,13	1,07
2ème 100m	1'29"73		Moyenne	40"21		37,3	2,00	21,3	2,49	1,24

CDF des régions DRAGIC		Bassin: 50m				Epreuve: 100m papillon				
Prénom: Dzevka		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	7ème	25				48,1				
Saint-Malo		50	32"36	32"36	46,0%	46,9	1,95	21,0	3,02	1,55
		75		-32"36		46,6				
1er 50 m	32"36	100	1'10"28	70"28	54,0%	40,3	1,82	24,0	2,40	1,32
2ème 50 m	37"92		Moyenne	17"57		45,5	1,88	22,5	2,67	1,42

CDF des régions DRAGIC		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Dzevka		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				45,8				
Saint-Malo		50	30"88	30"88	49,0%	43,1	2,19	37,0	3,54	1,62
		75		-30"88		44,8				
1er 50 m	30"88	100	1'03"02	63"02	51,0%	41,7	2,16	42,0	3,36	1,56
2ème 50 m	32"14		Moyenne	15"76		43,9	2,17	39,5	3,45	1,59



Nom: TULLIEZ		Bassin: 50m				Epreuve: 200m 4 nages				
Prénom: Ella										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
		25								
		50	32"08	32"08	20,3%	54,5	1,72	24,0	2,67	1,56
		100	1'12"03	39"95	25,3%	36,4	2,06	43,0	2,58	1,25
	150	2'00"49	48"46	30,7%	40,5	1,53	30,0	1,58	1,03	
1er 100m	1'12"03	200	2'37"84	37"35	23,7%	42,8	1,88	49,0	2,51	1,34
2ème 100m	1'25"81		Moyenne	39"46		43,6	1,75	36,5	2,21	1,27

Nom: TULLIEZ		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Ella										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
		25								
		50	31"07	31"07	48,1%	51,4	1,93	43,0	3,11	1,61
		75		-31"07		48,4				
	1er 50 m	31"07	100	1'04"61	64"61	51,9%	47,9	1,89	49,0	2,82
2ème 50 m	33"54		Moyenne	16"15		48,6	1,91	46,0	2,96	1,55

Nom: LEGER		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Elsa										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
		25								
		50	32"23	32"23	48,2%	45,9	2,11	39,0	3,28	1,55
		75		-32"23		42,2				
	1er 50 m	32"23	100	1'06"85	66"85	51,8%	43,7	1,99	47,0	2,88
2ème 50 m	34"62		Moyenne	16"71		43,8	2,05	43,0	3,07	1,50

Nom: LEGER		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Elsa										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
		25								
		50	36"47	36"47	49,2%	44,2	1,92	42,0	2,63	1,37
		75		-36"47		41,7				
	1er 50 m	36"47	100	1'14"11	74"11	50,8%	40,3	2,02	43,0	2,69
2ème 50 m	37"64		Moyenne	18"53		41,2	1,97	42,5	2,65	1,35

Nom: DEL'HOMME		Bassin: 50m				Epreuve: 100m brasse				
Prénom: Solène										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
		25	16"04	16"04		47,8				
		50	38"96	22"92	46,9%	42,0	1,71	25,0	2,20	1,28
		75	59"70	20"74		41,5				
	1er 50 m	38"96	100	1'23"12	23"42	53,1%	39,0	1,69	26,0	1,91
2ème 50 m	44"16		Moyenne	20"78		42,6	1,70	25,5	2,04	1,20

Nom: DEL'HOMME		Bassin: 50m					Epreuve: 100m papillon			
Prénom: Solène										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	Rempl.	25	14"26	14"26		56,0				
Saint-Malo		50	31"96	17"70	47,3%	54,5	1,70	26,0	2,66	1,56
		75	48"52	16"56		52,0				
1er 50 m	31"96	100	1'07"53	19"01	52,7%	48,5	1,68	28,0	2,36	1,41

Nom: PATRIE		Bassin: 50m					Epreuve: 100m nage libre			
Prénom: Nolwenn										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	13ème	25	13"46	13"46		51,0				
Saint-Malo		50	30"08	16"62	48,9%	47,0	2,04	39,0	3,38	1,66
		75	44"82	14"74		48,0				
1er 50 m	30"08	100	1'01"51	16"69	51,1%	47,0	2,01	45,0	3,20	1,59
2ème 50 m	31"43		Moyenne	15"38		48,3	2,02	42,0	3,29	1,63

Nom: PATRIE		Bassin: 50m					Epreuve: 100m papillon			
Prénom: Nolwenn										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25	13"30	13"30		62,0				
Saint-Malo		50	31"13	17"83	47,4%	56,0	1,63	25,0	2,62	1,61
		75	47"32	16"19		55,5				
1er 50 m	31"13	100	1'05"72	18"40	52,6%	56,5	1,55	30,0	2,24	1,45
2ème 50 m	34"59		Moyenne	16"43		57,5	1,59	27,5	2,42	1,52

Nom: PATRIE		Bassin: 50m					Epreuve: 100m nage libre (RELAIS)			
Prénom: Nolwenn										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25	12"52	12"52		54,0				
Saint-Malo		50	28"59	16"07	47,1%	50,0	2,02	23,0	3,53	1,75
		75	43"05	14"46		47,5				
1er 50 m	28"59	100	1'00"71	17"66	52,9%	47,0	1,98	28,0	3,08	1,56
2ème 50 m	32"12		Moyenne	15"18		49,6	1,99	25,5	3,28	1,65

Nom: PATRIE		Bassin: 50m					Epreuve: 200m nage libre (RELAIS)			
Prénom: Nolwenn										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	10ème	25								
Saint-Malo		50	31"60	31"60	22,6%	45,5	2,09	39,0	3,30	1,58
		100	1'05"85	34"25	24,5%	43,0	2,04	42,0	2,97	1,46
		150	1'42"30	36"45	26,1%	39,5	2,08	43,0	2,86	1,37
1er 100m	1'05"85	200	2'19"53	37"23	26,7%	39,5	2,04	45,0	2,74	1,34
2ème 100m	1'13"68		Moyenne	34"88		41,9	2,05	42,3	2,94	1,43

Nom: BONAVENTURE		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Anais										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	4ème	25	14"40	14"40		46,0				
Saint-Malo		50	32"46	18"06	47,8%	46,0	2,01	32,0	3,09	1,54
		75	49"15	16"69		46,0				
1er 50 m	32"46	100	1'07"85	18"70	52,2%	46,0	1,84	41,0	2,60	1,41
2ème 50 m	35"39		Moyenne	16"96		46,0	1,92	36,5	2,83	1,47

Nom: BONAVENTURE		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Anais										
(RELAIS)										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25	14"44	14"44		46,0				
Saint-Malo		50	32"85	18"41	47,4%	42,0	2,08	34,0	3,16	1,52
		75	49"70	16"85		41,0				
1er 50 m	32"85	100	1'09"35	19"65	52,6%	40,0	2,03	44,0	2,78	1,37
2ème 50 m	36"50		Moyenne	17"34		42,3	2,05	39,0	2,95	1,44

Nom: BONAVENTURE		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre				
Prénom: Anais										
(RELAIS)										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	10ème	25								
Saint-Malo		50	32"09	32"09	23,0%	39,5	2,37	35,0	3,69	1,56
		100	1'08"09	36"00	25,7%	38,0	2,19	41,0	3,05	1,39
		150	1'43"89	35"80	25,6%	39,5	2,12	42,0	2,96	1,40
1er 100m	1'08"09	200	2'19"82	35"93	25,7%	38,0	2,20	43,0	3,06	1,39
2ème 100m	1'11"73		Moyenne	34"96		38,8	2,21	40,3	3,17	1,43

Nom: FONTAINE		Bassin: 50m				Epreuve: 100m brasse				
Prénom: Jessica										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	12ème	25	16"27	16"27		45,0				
Saint-Malo		50	36"71	20"44	46,9%	42,0	1,88	22,0	2,56	1,36
		75	56"37	19"66		39,5				
1er 50 m	36"71	100	1'18"27	21"90	53,1%	38,0	1,86	23,0	2,24	1,20
2ème 50 m	41"56		Moyenne	19"57		41,1	1,86	22,5	2,38	1,28

Nom: FONTAINE		Bassin: 50m				Epreuve: 100m brasse				
Prénom: Jessica										
(RELAIS)										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25	17"03	17"03		43,0				
Saint-Malo		50	37"04	20"01	47,0%	39,0	1,98	21,0	2,67	1,35
		75	56"92	19"88		38,0				
1er 50 m	37"04	100	1'18"84	21"92	53,0%	35,0	1,97	22,0	2,35	1,20
2ème 50 m	41"80		Moyenne	19"71		38,8	1,96	21,5	2,49	1,27

Nom: FONTAINE		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Jessica										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
	10ème	25								
		50	30"19	30"19	22,7%	46,0	2,16	37,0	3,58	1,66
		100	1'03"35	33"16	24,9%	42,0	2,15	41,0	3,25	1,51
		150	1'37"84	34"49	25,9%	40,0	2,17	40,0	3,15	1,45
1er 100m	1'03"35	200	2'12"97	35"13	26,4%	40,0	2,13	41,0	3,04	1,42
2ème 100m	1'09"62		Moyenne	33"24		42,0	2,15	39,8	3,23	1,50

Nom: FOURTIER		Bassin: 50m				Epreuve: 400m 4 nages				
Prénom: Julie										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	25								
	1ere	50	31"77	31"77		53,0	1,78	24,0	2,80	1,57
		100	1'08"47	36"70	22,6%	49,0	1,67	27,0	2,27	1,36
		150	1'47"68	39"21		33,5	2,28	38,0	2,91	1,28
	1er 200m	2'26"31	200	2'26"31	38"63	25,7%	32,5	2,39	37,0	3,09
2ème 200m	2'36"87	250	3'11"06	44"75		30,0	2,23	24,0	2,50	1,12
1er 100m	1'08"47	300	3'55"65	44"59	29,5%	31,0	2,17	22,0	2,43	1,12
2ème 100m	1'17"84	350	4'30"06	34"41		39,0	2,24	37,0	3,25	1,45
3ème 100m	1'29"34	400	5'03"18	33"12	22,3%	39,5	2,29	38,0	3,46	1,51
4ème 100m	1'07"53		Moyenne	37"90		38,4	2,06	30,9	2,72	1,32

Nom: FOURTIER		Bassin: 50m				Epreuve: 100m papillon (RELAIS)				
Prénom: Julie										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
	6ème	25	13"70	13"70		56,5				
		50	30"53	16"83	46,3%	54,5	1,77	23,0	2,90	1,64
		75	47"48	16"95		53,0				
1er 50 m	30"53	100	1'05"88	18"40	53,7%	51,5	1,62	28,0	2,30	1,41
2ème 50 m	35"35		Moyenne	16"47		53,9	1,69	25,5	2,57	1,52

Nom: FOURTIER		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Julie										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14 -15/05/2010 CDF des régions Saint-Malo	S	15								
	10ème	25								
		50	29"61	29"61	23,1%	43,5	2,33	36,0	3,93	1,69
		100	1'01"77	32"16	25,1%	40,0	2,33	38,0	3,63	1,55
		150	1'35"02	33"25	26,0%	40,0	2,26	39,0	3,39	1,50
1er 100m	1'01"77	200	2'08"03	33"01	25,8%	40,5	2,24	43,0	3,40	1,51
2ème 100m	1'06"26		Moyenne	32"01		41,0	2,29	39,0	3,57	1,56

Nom: DUPUIS		Bassin: 50m				Epreuve: 400m nage libre				
Prénom: Igor										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	25								
CDF des régions	1er	50	29"17	29"17		44,4	2,32	36,0	3,97	1,71
Saint-Malo		100	59"70	30"53	24,0%	39,0	2,52	37,0	4,13	1,64
		150	1'30"90	31"20		40,4	2,38	38,0	3,81	1,60
1er 200m	2'01"99	200	2'01"99	31"09	25,0%	42,8	2,25	39,0	3,63	1,61
2ème 200m	2'06"78	250	2'33"52	31"53		42,5	2,24	40,0	3,55	1,59
1er 100m	59"70	300	3'05"43	31"91	25,5%	41,3	2,28	40,0	3,57	1,57
2ème 100m	1'02"29	350	3'37"58	32"15		42,0	2,22	41,0	3,46	1,56
3ème 100m	1'03"44	400	4'08"77	31"19	25,5%	41,9	2,30	41,0	3,68	1,60
4ème 100m	1'03"34									
			Moyenne	31"10		41,8	2,31	39,0	3,71	1,61

Nom: DUPUIS		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Igor		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	1er	25				55,0				
Saint-Malo		50	30"53	30"53	48,5%	50,0	1,87	40,0	3,07	1,64
		75		-30"53		47,9				
1er 50 m	30"53	100	1'03"00	63"00	51,5%	46,6	1,96	43,0	3,01	1,54
2ème 50 m	32"47									
			Moyenne	15"75		49,9	1,91	41,5	3,03	1,59

Nom: DUPUIS		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Igor		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				55,9				
Saint-Malo		50	26"11	26"11	47,5%	50,6	2,16	40,0	4,13	1,91
		75		-26"11		48,4				
1er 50 m	26"11	100	54"99	54"99	52,5%	45,1	2,22	43,0	3,85	1,73
2ème 50 m	28"88									
			Moyenne	13"75		50,0	2,18	41,5	3,97	1,82

Nom: BOQUET		Bassin: 50m				Epreuve: 50m dos				
Prénom: Titouan										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(sec)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	2ème	25				48,8				
Saint-Malo		50	29"80	29"80		46,6		36,0		
			Moyenne	14"90		47,7	2,11	36,0	3,54	1,68

Nom: BOQUET		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Titouan										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25		00"00		50,6				
Saint-Malo		50	26"95	26"95	46,7%	46,6	2,29	36,0	4,25	1,86
		75		-26"95		44,7				
1er 50 m	26"95	100	57"73	57"73	53,3%	44,3	2,19	41,0	3,56	1,62
2ème 50 m	30"78		Moyenne	14"43		46,6	2,23	38,5	3,87	1,73

Nom: COUDERT		Bassin: 50m				Epreuve: 50m brasse				
Prénom: Remi										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(sec)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25				54,2				
Saint-Malo		50	33"19	33"19		52,3		25,0		
			Moyenne	16"60		53,3	1,70	25,0	2,56	1,51

Nom: COUDERT		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Remi										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				41,2				
Saint-Malo		50	29"27	29"27	48,5%	42,3	2,45	34,0	4,19	1,71
		75		-29"27		44,1				
1er 50 m	29"27	100	1'00"37	60"37	51,5%	41,6	2,25	41,0	3,62	1,61
2ème 50 m	31"10		Moyenne	15"09		42,3	2,35	37,5	3,89	1,66

Nom: SUGRANES		Bassin: 50m				Epreuve: 200m brasse				
Prénom: Evan										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25								
Saint-Malo		50	34"84	34"84	22,5%	38,6	2,23	16,0	3,20	1,44
		100	1'15"65	40"81	26,4%	30,6	2,40	18,0	2,94	1,23
		150	1'56"04	40"39	26,1%	32,4	2,29	20,0	2,84	1,24
1er 100m	1'15"65	200	2'34"60	38"56	24,9%	36,4	2,14	21,0	2,77	1,30
2ème 100m	1'18"95		Moyenne	38"65		34,5	2,25	18,8	2,91	1,29

Nom: SUGRANES		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Evan										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				56,6				
Saint-Malo		50	28"22	28"22	48,5%	46,6	2,06	40,0	3,65	1,77
		75		-28"22		49,2				
1er 50 m	28"22	100	58"18	58"18	51,5%	45,2	2,12	42,0	3,54	1,67
2ème 50 m	29"96		Moyenne	14"55		49,4	2,09	41,0	3,59	1,72

Nom: ROUAULT		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre (RELAIS NL)				
Prénom: Pierre										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	3ème	25				53,6				
Saint-Malo		50	28"55	28"55	50,5%	47,5	2,08	39,0	3,64	1,75
		75		-28"55		45,8				
1er 50 m	28"55	100	56"54	56"54	49,5%	43,2	2,41	40,0	4,30	1,79
2ème 50 m	27"99		Moyenne	14"14		47,5	2,23	39,5	3,95	1,77

Nom: GOZDOWSKI		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Antoine										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	Rempl	25				52,5				
Saint-Malo		50	28"55	28"55	48,0%	48,9	2,07	41,0	3,63	1,75
		75		-28"55		47,1				
1er 50 m	28"55	100	59"49	59"49	52,0%	45,9	2,09	45,0	3,37	1,62
2ème 50 m	30"94		Moyenne	14"87		48,6	2,08	43,0	3,49	1,68

Nom: GOZDOWSKI		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Antoine										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	Rempl	25				44,3				
Saint-Malo		50	32"80	32"80	48,7%	39,8	2,18	39,0	3,32	1,52
		75		-32"80		37,4				
1er 50 m	32"80	100	1'07"29	67"29	51,3%	37,0	2,34	40,0	3,39	1,45
2ème 50 m	34"49		Moyenne	16"82		39,6	2,25	39,5	3,34	1,49

Nom: VIAUT		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Joris										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	12ème	25	12"01	12"01		55,0				
Saint-Malo		50	26"95	14"94	48,2%	51,5	2,09	38,0	3,88	1,86
		75	40"47	13"52		50,0				
1er 50 m	26"95	100	55"97	15"50	51,8%	49,5	2,08	43,0	3,58	1,72
2ème 50 m	29"02		Moyenne	13"99		51,5	2,08	40,5	3,72	1,79

Nom: VIAUT		Bassin: 50m				Epreuve: 400m 4 nages				
Prénom: Joris										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	25								
CDF des régions	4ème	50	28"35	28"35		55,2	1,92	20,0	3,38	1,76
Saint-Malo		100	1'02"64	34"29	21,8%	48,3	1,81	24,0	2,64	1,46
		150	1'41"17	38"53		34,9	2,23	37,0	2,90	1,30
1er 200m	2'19"78	200	2'19"78	38"61	26,8%	32,3	2,41	39,0	3,12	1,30
2ème 200m	2'27"75	250	3'00"76	40"98		32,9	2,23	20,0	2,71	1,22
1er 100m	1'02"64	300	3'43"13	42"37	29,0%	32,0	2,21	21,0	2,61	1,18
2ème 100m	1'17"14	350	4'15"75	32"62		43,9	2,09	42,0	3,21	1,53
3ème 100m	1'23"35	400	4'47"53	31"78	22,4%	48,0	1,97	43,0	3,09	1,57
4ème 100m	1'04"40									
			Moyenne	35"94		40,9	2,04	30,8	2,84	1,39

Nom: VIAUT		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Joris										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	2ème	25	11"13	11"13		58,0				
Saint-Malo		50	25"60	14"47	47,1%	52,5	2,12	38,0	4,14	1,95
		75	39"00	13"40		52,5				
1er 50 m	25"60	100	54"37	15"37	52,9%	51,8	2,00	43,0	3,48	1,74
2ème 50 m	28"77									
			Moyenne	13"59		53,7	2,06	40,5	3,78	1,84

Nom: VIAUT		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Joris										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25								
Saint-Malo		50	28"11	28"11	23,1%	47,0	2,27	33,0	4,04	1,78
		100	58"74	30"63	25,2%	43,0	2,28	39,0	3,72	1,63
		150	1'30"33	31"59	26,0%	45,0	2,11	40,0	3,34	1,58
1er 100m	58"74	200	2'01"67	31"34	25,8%	44,0	2,18	43,0	3,47	1,60
2ème 100m	1'02"93									
			Moyenne	30"42		44,8	2,20	38,8	3,62	1,64

Nom: DARCHY		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Sébastien										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	13ème	25	13"93	13"93		45,9				
Saint-Malo		50	31"44	17"51	49,0%	42,3	2,16	37,0	3,44	1,59
		75	46"78	15"34		49,1				
1er 50 m	31"44	100	1'04"19	17"41	51,0%	45,9	1,93	45,0	2,94	1,53
2ème 50 m	32"75									
			Moyenne	16"05		45,8	2,04	41,0	3,18	1,56

Nom: DARCHY		Bassin: 50m				Epreuve: 100m dos				
Prénom: Sébastien		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	2ème	25	14"24	14"24		49,0				
Saint-Malo		50	31"62	17"38	49,7%	45,5	2,01	40,0	3,18	1,58
		75	46"42	14"80		48,0				
1er 50 m	31"62	100	1'03"68	17"26	50,3%	46,0	1,99	46,0	3,11	1,56
2ème 50 m	32"06		Moyenne	15"92		47,1	2,00	43,0	3,14	1,57

Nom: DARCHY		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre				
Prénom: Sébastien		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25								
Saint-Malo		50	27"29	27"29	22,2%	44,0	2,50	34,0	4,58	1,83
		100	57"73	30"44	24,7%	45,0	2,19	39,0	3,60	1,64
		150	1'30"68	32"95	26,8%	44,0	2,07	40,0	3,14	1,52
1er 100m	57"73	200	2'03"15	32"47	26,4%	43,0	2,15	42,0	3,31	1,54
2ème 100m	1'05"42		Moyenne	30"79		44,0	2,21	38,8	3,60	1,62

Nom: CAPITAINE		Bassin: 50m				Epreuve: 100m brasse				
Prénom: Thibault										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	1er	25	13"98	13"98		51,8				
Saint-Malo		50	31"86	17"88	47,4%	44,4	1,96	20,0	3,07	1,57
		75	48"55	16"69		54,7				
1er 50 m	31"86	100	1'07"17	18"62	52,6%	51,5	1,60	25,0	2,27	1,42
2ème 50 m	35"31		Moyenne	16"79		50,6	1,77	22,5	2,63	1,49

Nom: CAPITAINE		Bassin: 50m				Epreuve: 100m brasse				
Prénom: Thibault		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	2ème	25	13"46	13"46		54,5				
Saint-Malo		50	30"94	17"48	46,4%	52,0	1,82	23,0	2,94	1,62
		75	47"79	16"85		54,0				
1er 50 m	30"94	100	1'06"70	18"91	53,6%	52,5	1,58	27,0	2,20	1,40
2ème 50 m	35"76		Moyenne	16"68		53,3	1,69	25,0	2,53	1,50

Nom: CAPITAINE		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre				
Prénom: Thibault		(RELAIS)								
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25								
Saint-Malo		50	29"58	29"58	24,0%	38,0	2,67	30,0	4,51	1,69
		100	1'00"75	31"17	25,3%	39,0	2,47	36,0	3,96	1,60
		150	1'32"39	31"64	25,6%	42,0	2,26	39,0	3,57	1,58
1er 100m	1'00"75	200	2'03"40	31"01	25,1%	47,0	2,06	43,0	3,32	1,61
2ème 100m	1'02"65		Moyenne	30"85		41,5	2,34	37,0	3,80	1,62

Nom: GENISSEL		Bassin: 50m				Epreuve: 100m papillon				
Prénom: Cédric										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	2ème	25	12"10	12"10		58,8				
Saint-Malo		50	27"07	14"97	46,4%	54,8	1,95	21,0	3,60	1,85
		75	41"86	14"79		58,0				
1er 50 m	27"07	100	58"33	16"47	53,6%	53,7	1,72	25,0	2,75	1,60
2ème 50 m	31"26		Moyenne	14"58		56,3	1,83	23,0	3,13	1,71

Nom: GENISSEL		Bassin: 50m				Epreuve: 100m papillon (RELAIS)				
Prénom: Cédric										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	2ème	25	11"77	11"77		56,5				
Saint-Malo		50	26"70	14"93	46,6%	57,0	1,98	21,0	3,71	1,87
		75	41"26	14"56		58,0				
1er 50 m	26"70	100	57"29	16"03	53,4%	53,0	1,77	24,0	2,89	1,63
2ème 50 m	30"59		Moyenne	14"32		56,1	1,87	22,5	3,26	1,75

Nom: GENISSEL		Bassin: 50m				Epreuve: 200m nage libre (RELAIS)				
Prénom: Cédric										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/50	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	6ème	25								
Saint-Malo		50	27"49	27"49	22,5%	48,0	2,27	34,0	4,14	1,82
		100	57"51	30"02	24,5%	44,0	2,27	38,0	3,78	1,67
		150	1'29"72	32"21	26,3%	46,0	2,02	42,0	3,14	1,55
1er 100m	57"51	200	2'02"44	32"72	26,7%	44,0	2,08	44,0	3,18	1,53
2ème 100m	1'04"93		Moyenne	30"61		45,5	2,15	39,5	3,52	1,63

Nom: DUBUS		Bassin: 50m				Epreuve: 100m nage libre				
Prénom: Benjamin										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	Rempl.	25	11"30	11"30		55,3				
Saint-Malo		50	25"98	14"68	48,1%	45,4	2,29	34,0	4,41	1,92
		75	39"16	13"18		44,0				
1er 50 m	25"98	100	54"00	14"84	51,9%	42,5	2,48	37,0	4,42	1,78
2ème 50 m	28"02		Moyenne	13"50		46,8	2,37	35,5	4,40	1,85

Nom: DUBUS		Bassin: 50m				Epreuve: 100m papillon				
Prénom: Benjamin										
Date	S/F	Dist.	Tps Cum.	Tps/25	%	Fréq.	Dist.Cycles	Nbre de	I.N.	Vitesse
Lieu	Place	(m)	(mn)	(sec)		(cy/mn)	(m/cy)	Mvts		(m/sec)
14-15/05/2010	S	15								
CDF des régions	Rempl.	25	14"26	14"26		56,0				
Saint-Malo		50	31"93	17"67	47,3%	54,5	1,70	21,0	2,66	1,57
		75	48"52	16"59		52,0				
1er 50 m	31"93	100	1'07"53	19"01	52,7%	48,5	1,68	24,0	2,36	1,40
2ème 50 m	35"60		Moyenne	16"88		52,8	1,68	22,5	2,49	1,48



