

EQUIPE LORRAINE
TROPHÉE JEAN POMMAT
COUPE DE FRANCE DES REGIONS
15-16/05/2015 à CHARTRES

Nageuses et nageurs sélectionnés

Arthur ASSFELD (US Toul) – Cadet (*100 Pap, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Bénédicte YAX (CN Sarreguemines) – Cadette (*100 NL, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Hugo GROSJEAN (CN Epinal) – Cadet (*100 NL, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Margaux SZCZEPIAK (SC Thionville) – Cadette (*100 Pap, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Nolwenn HERVE (SC Thionville) – Cadette (*100 Brasse, 400 4N, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Océane JANNAS (SN Metz) – Cadette (*100 Dos, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Raphaël JACQUOT (ASPTT Nancy) – Cadet (*100 Brasse, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)
 Sébastien GROMADA (SN Metz) – Cadet (*100 Dos, 400 4N, relais 4x200 NL, relais 4x100 4N*)

Encadrement

Philippe CHOQUET, responsable commission Coupe de France des Régions / entraîneur
 Céline LEVERRIER, CTS
 David WAGNER, Chef de délégation

Programme de la compétition

Vendredi 15 Mai	Samedi 16 Mai
OP : 7h – DE : 9h	OP : 7h – DE : 9h
4 x 200 NL Cad – Arthur/Raphaël/Sébastien/Hugo	4 x 200 NL Cad - Margaux/Océane/Nolwenn/Bénédicte
<i>8 x 100 NL Min (F)</i>	<i>8 x 100 NL Min (G)</i>
<i>Pause de 15'</i>	<i>Pause de 15'</i>
100 Brasse Cad – Nolwenn HERVE Raphaël JACQUOT	100 Pap Cad – Margaux SZCZEPIAK Arthur ASSFELD
<i>200 4N Min</i>	<i>200 4N Min</i>
400 4N Cad – Nolwenn HERVE Sébastien GROMADA	<i>50 NL Min</i>
<i>200 NL Min</i>	<i>200 NL Min</i>
OP : 15h – DE : 17h	OP : 13h30 – DE : 15h30
<i>200 Pap Min</i>	100 NL Cad – Bénédicte YAX Hugo GROSJEAN
100 Dos Cad – Océane JANNAS Sébastien GROMADA	<i>50 Pap Min</i>
<i>400 NL Min</i>	<i>200 Brasse Min</i>
<i>50 Dos Min</i>	<i>Pause de 15'</i>
	4 x 100 4N Cad – Océane/Nolwenn/Margaux/Bénédicte Sébastien/Raphaël/Arthur/Hugo
	<i>4 x 100 4N Min</i>

Résultats de la compétition

Réunion 1

Relais 4 x 200 NL Cadets : Arthur ASSFELD (1'57"59) – Raphaël JACQUOT (2'05"79) – Sébastien GROMADA (2'10"18) – Hugo GROSJEAN (1'57"09 – 8'10"65 – 12^{ème}

100 Brasse Cadettes : Nolwenn HERVE – 1'13"25 – 1^{ère}

100 Brasse Cadets : Raphaël JACQUOT – 1'07"14 – 4^{ème}

400 4N Cadettes : Nolwenn HERVE – 5'13"50 – 9^{ème}

400 4N Cadets : Sébastien GROMADA – 4'54"75 – 19^{ème}

Classement provisoire Cadettes : 2^{ème}

Classement provisoire Cadets : 9^{ème}

Réunion 2

100 Dos Cadettes : Océane JANNAS – 1'10"22 – 16^{ème}

100 Dos Cadets : Sébastien GROMADA – 1'04"93 – 21^{ème}

Classement provisoire Cadettes : 6^{ème}

Classement provisoire Cadets : 15^{ème}

Réunion 3

Relais 4 x 200 NL Cadettes : Margaux SZCZEPIAK (2'15"18), Océane JANNAS (2'16"93), Nolwenn HERVE (2'15"04) et Bénédicte YAX (2'09"15) – 8'56"30 – 12^{ème}

100 Pap Cadettes : Margaux SZCZEPIAK – 1'05"80 – 8^{ème}

100 Pap Cadets : Arthur ASSFELD – 59"94 – 13^{ème}

Classement provisoire Cadettes : 9^{ème}

Classement provisoire Cadets : 14^{ème}