

## BILAN MEETING DE MASSY

Dans sa politique de performance, le Comité Départemental de Natation de la Gironde a créé en septembre 2019 un « collectif jeunes ». Il a pour objectif d'emmener les meilleurs nageurs du département de la catégorie « Jeune » sur des meetings de natation hors de la Gironde, afin d'y trouver une confrontation différente et ainsi de les faire progresser.

A ce jour, le collectif est composé 5 filles et 3 garçons. Ces 8 nageurs ont été sélectionnés car ils ont participé aux Championnats de France Jeunes de Tarbes en Juillet dernier. Les nageurs qui se qualifieront au fil de la saison intégreront ce collectif pour participer à un Meeting (début 2020).

Le CD33 Natation a ciblé le Meeting de Massy qui s'est déroulé du **vendredi 20 au dimanche 22 décembre 2019 à Massy (91)**.

### Les Nageurs :

1. BOITEAU Lukas (2006/14 ans)
2. BOUESSE Battit (2006/14 ans)
3. CAILLAUD Hadrien (2007/13 ans)
4. DA SILVA Ambre (2008/12 ans)
5. DAOUST Lena (2008/12 ans)
6. KERBRAT Valentine (2007/13 ans)
7. MONTASSIER Shadée (2007/13 ans)
8. PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans)

### L'encadrement :

Le déplacement a été sous la responsabilité de M. Fabien Lerebourg, Agent de développement du Comité Départemental de Natation de la Gironde. Il était accompagné de M. Yann Brochen, élu au Comité et officiel A et de deux éducateurs sportifs : Camille Peyraud (Libourne) et Alexandre Jouan (Mérignac) responsables de la partie sportive pendant la compétition.


**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)

<http://gironde.ffnatation.org>

## Déroulé du weekend

Heures	Vendredi	Durée
09 :30	Rendez-vous Super U Eysines	00 :15
09 :45	Trajet , Eysines / aire d'autoroute Poitiers-Chincé	02 :30
12 :15	Pause déjeuner, aire d'autoroute Poitiers-Chincé	02 :30
	 <b>Pique-Nique</b>	
13 :00	Trajet , aire d'autoroute Poitiers-Chincé / Massy	02 :45
15 :45	Hotel IBIS Budget Antony (installation chambres)	00 :45
16 :30	Direction Piscine de Massy et <b>Echauffements</b>	00 :10
18 :00	Début des 400 m NL Dames	01 :00
19 :00	Début des 400 m NL Messieurs + récupération	01 :00
20 :30	Diner au Courtepaille Massy	01 :15
22 :30	Extinction des feux	08 :00

Heures	Samedi	Qui?
06 :30	Réveil et petit déjeuner	00 :30
07 :15	Echauffements	01 :00
08 :15	Début des séries	03 :45
12 :00	Fin des séries	00 :15
12 :15	Repas Flunch Villebon 2	01 :15
13 :30	Sieste	00 :20
14 :00	Echauffements	01 :00
15 :00	Début des finales	04 :00
19 :00	Fin des finales	00 :30
19 :30	Repas Courtepaille Massy	01 :15
22 :00	Extinction des feux	08 :30

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
 05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>



Heures	Dimanche	Qui?
06 :30	Réveil et petit déjeuner	00 :30
07 :00	Echauffements	01 :00
08 :00	Début des séries	03 :45
12 :00	Fin des séries	00 :15
12 :15	Repas Flunch Villebon 2	01 :45
14 :00	Echauffements	01 :00
15 :00	Début des finales	03 :45
18 :45	Fin des finales + retour	02 :15
21 :00	Repas Mc Donald Tours	00 :45
01 :00	Arrivée Super U Eysines	03 :30

## Sites divers

Plaquette sur le site du [club de MASSY](#)

Programme, résultats etc... sur le [Liveffn 2019](#)

Photos de l'évènement lien [ICI](#) (

Vidéos des courses par nageurs [ICI](#) (Attention les fichiers sont lourds et le téléchargement est lent) la qualité est cependant assez bonne, si vous rencontrez des difficultés, Yann peut vous envoyer les fichiers sous un autre format : [yann.brochen@sfr.fr](mailto:yann.brochen@sfr.fr))

Analyse des temps à partir de la page 6 de ce document

L'équipe encadrante tiens à féliciter les nageurs qui ont respecté les consignes et nagé avec leur meilleur potentiel du moment !

Mention particulière aux premières qualifications aux championnats de France jeunes:

DA SILVA Ambre 100 NL  
 DAOUST Léna 100 Papillon, 100 NL  
 BOITEAU Lukas 100 Dos

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)

<http://gironde.ffnatation.org>



**Structure : GIRONDE**
**Liste des relais**

4e	4x50 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	02:02.82	1040 pts	🏆
<b>1. BOITEAU Lukas (2006/14 ans) ♂ FRA</b> [1841583]				
8e	100 Nage Libre Messieurs / Séries : 12-14 ans	00:59.29	951 pts	🏆
11e	400 Nage Libre Messieurs / Séries : 12-14 ans	04:37.19	905 pts	🏆
5e	100 Dos Messieurs / Séries : 12-14 ans	01:05.86	947 pts	🏆
3e	200 4 Nages Messieurs / Séries : 12-14 ans	02:24.80	925 pts	🏆
8e	100 Nage Libre Messieurs / Finale A : 14 ans	01:00.52	914 pts	🏆
3e	100 Dos Messieurs / Finale A : 14 ans	01:05.06	968 pts	🏆
<b>2. BOUESSE Battit (2006/14 ans) ♂ FRA</b> [1843405]				
7e	100 Nage Libre Messieurs / Séries : 12-14 ans	00:59.14	956 pts	🏆
17e	400 Nage Libre Messieurs / Séries : 12-14 ans	04:44.14	854 pts	🏆
4e	100 Papillon Messieurs / Séries : 12-14 ans	01:05.62	942 pts	🏆
5e	200 4 Nages Messieurs / Séries : 12-14 ans	02:26.72	899 pts	🏆
5e	100 Nage Libre Messieurs / Finale A : 14 ans	00:58.96	962 pts	🏆
3e	100 Papillon Messieurs / Finale A : 14 ans	01:05.48	946 pts	🏆
<b>3. CAILLAUD Hadrien (2007/13 ans) ♂ FRA</b> [2268651]				
52e	400 Nage Libre Messieurs / Séries : 12-14 ans	05:06.65	699 pts	🏆
22e	100 Brasse Messieurs / Séries : 12-14 ans	01:22.23	768 pts	🏆
45e	100 Papillon Messieurs / Séries : 12-14 ans	01:15.90	690 pts	🏆
36e	200 4 Nages Messieurs / Séries : 12-14 ans	02:45.86	663 pts	🏆
6e	100 Brasse Messieurs / Finale B : 13 ans	01:22.50	762 pts	🏆
<b>4. DA SILVA Ambre (2009/12 ans) ♀ FRA</b> [2054575]				
13e	100 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	01:06.30	901 pts	🏆
34e	400 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	05:22.38	782 pts	🏆
22e	100 Dos Dames / Séries : 11-13 ans	01:17.25	850 pts	🏆
17e	100 Brasse Dames / Séries : 11-13 ans	01:27.50	860 pts	🏆
18e	200 4 Nages Dames / Séries : 11-13 ans	02:47.46	819 pts	🏆
2e	100 Nage Libre Dames / Finale B : 12 ans	01:05.69	920 pts	🏆
4e	100 Dos Dames / Finale B : 12 ans	01:16.18	875 pts	🏆
4e	100 Brasse Dames / Finale B : 12 ans	01:27.04	869 pts	🏆
<b>5. DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA</b> [2011097]				
17e	100 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	01:07.32	870 pts	🏆
25e	400 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	05:14.86	831 pts	🏆
5e	100 Papillon Dames / Séries : 11-13 ans	01:13.60	911 pts	🏆
---	200 4 Nages Dames / Séries : 11-13 ans	DSQ		
4e	4x50 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans [3e Relayeuse]	02:02.82	1040 pts	🏆
1ère	100 Nage Libre Dames / Finale B : 12 ans	01:04.91	945 pts	🏆
1ère	100 Papillon Dames / Finale B : 12 ans	01:12.11	949 pts	🏆
<b>6. KERBRAT Valentine (2007/13 ans) ♀ FRA</b> [1710855]				
38e	100 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	01:09.61	801 pts	🏆
36e	400 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	05:23.09	778 pts	🏆
29e	100 Papillon Dames / Séries : 11-13 ans	01:20.77	739 pts	🏆
35e	200 4 Nages Dames / Séries : 11-13 ans	02:54.68	735 pts	🏆
4e	4x50 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans [1ère Relayeuse]	02:02.82	1040 pts	🏆
<b>7. MONTASSIER Shadée (2007/13 ans) ♀ FRA</b> [2257635]				
20e	100 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	01:07.83	854 pts	🏆
30e	400 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	05:19.58	800 pts	🏆
20e	100 Dos Dames / Séries : 11-13 ans	01:16.66	864 pts	🏆
10e	100 Brasse Dames / Séries : 11-13 ans	01:24.35	925 pts	🏆
24e	200 4 Nages Dames / Séries : 11-13 ans	02:50.15	787 pts	🏆
4e	4x50 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans [4e Relayeuse]	02:02.82	1040 pts	🏆
<b>8. PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans) ♀ FRA</b> [1736865]				
53e	400 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans	05:36.23	696 pts	🏆
13e	100 Brasse Dames / Séries : 11-13 ans	01:25.18	908 pts	🏆
73e	100 Papillon Dames / Séries : 11-13 ans	01:29.08	563 pts	🏆
34e	200 4 Nages Dames / Séries : 11-13 ans	02:53.26	751 pts	🏆
4e	4x50 Nage Libre Dames / Séries : 11-13 ans [2e Relayeuse]	02:02.82	1040 pts	🏆
3e	100 Brasse Dames / Finale B : 12 ans	01:24.68	918 pts	🏆

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
 05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / contact@ffnatation33.org  
<http://gironde.ffnatation.org>



Sur les 47 courses nagées, 42 ont permis aux nageurs de battre leur record personnel. Il y a eu 8 nouveaux records de Nouvelle Aquitaine :

NOUVELLE-AQUITAINE - Meilleures Performances Régionales 11 ans	
100 NL	<b>01:04.91 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:05.69 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)
100 NL *	<b>01:05.69 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:06.30 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)
100 NL *	<b>01:06.30 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:06.99 - ROUX Alice (2007/13 ans) ♀ FRA - CN NIORT 23/12/2018 POITIERS (FRA)
100 Dos	<b>01:16.18 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:17.25 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)
100 Dos *	<b>01:17.25 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:18.46 - BALOUKJY Lilly-Jade (2008/12 ans) ♀ FRA - CLUB DAUPHINS COGNAC 04/05/2019 POITIERS (FRA)
100 Bra.	<b>01:24.68 PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans) ♀ FRA GIRONDINS BORDEAUX 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:24.80 - PLAINO Anna (2007/13 ans) ♀ FRA - CLUB DES NAGEURS DE BRIVE 22/12/2018 POITIERS (FRA)
100 Pap.	<b>01:12.11 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:13.60 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)
100 Pap. *	<b>01:13.60 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:16.31 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 03/11/2019 LA TESTE-DE-BUCH (FRA)

Il y a eu également 16 records départementaux :

GIRONDE - Meilleures Performances Départementales 12 ans	
100 Pap.	<b>01:12.11 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:13.60 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)
100 Pap. *	<b>01:13.60 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:14.51 - BACHERE Lea (1998/22 ans) ♀ FRA - AS AMBARÈS 11/12/2010 CENON (FRA)

GIRONDE - Meilleures Performances Départementales 11 ans	
100 NL	<b>01:04.91 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:05.69 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)
100 NL *	<b>01:05.69 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:06.30 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)
100 NL *	<b>01:06.30 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:07.32 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 22/12/2019 MASSY (FRA)
100 NL *	<b>01:07.32 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:08.31 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 08/12/2019 AMBARÈS (FRA)
400 NL	<b>05:14.86 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 20/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 05:22.38 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 20/12/2019 MASSY (FRA)
400 NL *	<b>05:22.38 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 20/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 05:23.92 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 02/11/2019 LA TESTE-DE-BUCH (FRA)
100 Dos	<b>01:16.18 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:17.25 - DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA - AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)
100 Dos *	<b>01:17.25 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:19.04 - NICOLO Nayla (2005/15 ans) ♀ FRA - SA MÉRIGNAC 10/12/2016 BORDEAUX (FRA)
100 Bra.	<b>01:24.68 PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans) ♀ FRA GIRONDINS BORDEAUX 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:25.18 - PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans) ♀ FRA - GIRONDINS BORDEAUX 22/12/2019 MASSY (FRA)
100 Bra. *	<b>01:25.18 PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans) ♀ FRA GIRONDINS BORDEAUX 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:26.06 - PELÉ-VALERO Anaïs (2008/12 ans) ♀ FRA - GIRONDINS BORDEAUX 08/12/2019 AMBARÈS (FRA)
100 Pap.	<b>01:12.11 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:13.60 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)
100 Pap. *	<b>01:13.60 DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA ANDERNOS ESPADONS THALASSA 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:16.31 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 03/11/2019 LA TESTE-DE-BUCH (FRA)
200 4 N.	<b>02:47.46 DA SILVA Ambre (2008/12 ans) ♀ FRA AS LA TESTE 21/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 02:50.55 - DAOUST Lena (2008/12 ans) ♀ FRA - ANDERNOS ESPADONS THALASSA 03/11/2019 LA TESTE-DE-BUCH (FRA)

GIRONDE - Meilleures Performances Départementales 12 ans	
100 Bra.	<b>01:22.23 CAILLAUD Hadrien (2007/13 ans) ♂ FRA ASCPA PESSAC NATATION 22/12/2019 MASSY (FRA)</b> Ancien record => 01:22.33 - CAILLAUD Hadrien (2007/13 ans) ♂ FRA - ASCPA PESSAC NATATION 10/11/2019 EYSINES (FRA)

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>





DAOUST Léna			Meeting MASSY					ANDERNOS				
<b>400m NL</b>			20-déc-19			Bassin de 25m		Séries		Temps : <b>05:14,96</b>		
Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
50	00:35,13	00:35,13	33,0	32,6	32,8	2,60	1,423	3,71	15,5	3,23	19,3	
100	01:14,27	00:39,14	01:14,27	33,7	33,4	33,6	2,27	1,277	2,91	18,5	2,70	
150	01:54,69	00:40,42	01:21,38	32,5	32,5	32,5	2,28	1,237	2,82	19,5	2,56	
200	02:35,65	00:40,96	01:20,74	32,7	32,9	32,8	2,24	1,221	2,73	19,0	2,63	
250	03:15,42	00:39,77	01:18,57	33,1	33,3	33,2	2,28	1,257	2,87	19,5	2,56	
300	03:56,39	00:40,97	01:18,57	32,2	32,4	32,3	2,27	1,220	2,78	19,5	2,56	
350	04:37,53	00:41,14	01:18,57	33,2	33,0	33,1	2,20	1,215	2,67	20,0	2,50	
400	<b>05:14,96</b>	00:37,43	01:18,74	32,4	33,9	33,2	2,47	1,336	3,30	19,5	2,56	
<b>Moyennes</b>	<b>00:39,37</b>	<b>01:18,74</b>	<b>32,85</b>	<b>33,00</b>	<b>32,93</b>	<b>2,33</b>	<b>1,27</b>	<b>2,97</b>	<b>18,88</b>	<b>2,66</b>	<b>21,6</b>	
Commentaires =												
<b>100 Pap</b>			21-déc-19			Bassin de 25m		Séries		Temps : <b>01:13,60</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:16,02	00:16,02	46,6	2,01	1,561	3,14	9,0	2,78				
50	00:34,93	00:18,91	44,3	1,79	1,322	2,37	12,0	2,08				
75	00:54,29	00:19,36	44,8	1,73	1,291	2,23	13,0	1,92				
100	<b>01:13,60</b>	00:19,31	45,5	1,71	1,295	2,21	13,0	1,92				
<b>Moyennes</b>	<b>00:18,40</b>	<b>45,3</b>	<b>1,81</b>	<b>1,4</b>	<b>2,49</b>	<b>11,8</b>	<b>2,18</b>	<b>13,88</b>				
Commentaires =												
<b>100 Pap</b>			21-déc-19			Bassin de 25m		FINALE		Temps : <b>01:12,11</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:15,20	00:15,20	48,8	2,02	1,645	3,33	9,0	2,78				
50	00:33,87	00:18,67	46,5	1,73	1,339	2,31	13,0	1,92				
75	00:52,77	00:18,90	47,2	1,68	1,323	2,22	13,0	1,92				
100	<b>01:12,11</b>	00:19,34	49,0	1,58	1,293	2,05	14,0	1,79				
<b>Moyennes</b>	<b>00:18,03</b>	<b>47,9</b>	<b>1,75</b>	<b>1,4</b>	<b>2,48</b>	<b>12,3</b>	<b>2,10</b>	<b>14,37</b>				
Commentaires =												
<b>100 NL</b>			22-déc-19			Bassin de 25m		Séries		Temps : <b>01:07,32</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:15,59	00:15,59	46,3	2,08	1,604	3,33	9,0	2,78				
50	00:32,77	00:17,18	43,7	2,00	1,455	2,91	12,0	2,08				
75	00:50,03	00:17,26	43,1	2,02	1,448	2,92	13,0	1,92				
100	<b>01:07,32</b>	00:17,29	43,9	1,98	1,446	2,86	13,0	1,92				
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,83</b>	<b>44,3</b>	<b>2,02</b>	<b>1,5</b>	<b>3,00</b>	<b>11,8</b>	<b>2,18</b>	<b>12,40</b>				
Commentaires =												
<b>100 NL</b>			22-déc-19			Bassin de 25m		FINALE		Temps : <b>01:04,91</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:14,71	00:14,71	47,4	2,15	1,700	3,66	8,0	3,13				
50	00:31,36	00:16,65	44,8	2,01	1,502	3,02	10,0	2,50				
75	00:48,03	00:16,67	47,4	1,90	1,500	2,85	10,0	2,50				
100	<b>01:04,91</b>	00:16,88	49,0	1,81	1,481	2,69	11,0	2,27				
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,23</b>	<b>47,2</b>	<b>1,97</b>	<b>1,5</b>	<b>3,05</b>	<b>9,8</b>	<b>2,60</b>	<b>12,75</b>				
Commentaires =												
<b>200 4 Nages</b>			21-déc-19			Bassin de 25m		Séries		Temps : <b>02:45,15</b>		
Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
50	00:34,50	00:34,50	47,4	45,5	46,5	1,83	1,449	2,66	11,0	4,55	27,3	
100	01:18,57	00:44,07	01:18,57	33,6	32,0	32,8	2,03	1,135	2,30	19,5	2,56	
150	02:06,94	00:48,37	01:26,58	38,2	38,4	38,3	1,62	1,034	1,68	13,0	3,85	
200	<b>02:45,15</b>	00:38,21	01:26,58	38,4	40,0	39,2	2,04	1,309	2,68	21,0	2,38	
<b>Moyennes</b>	<b>00:41,29</b>	<b>01:22,58</b>	<b>39,4</b>	<b>38,98</b>	<b>39,188</b>	<b>1,88</b>	<b>1,2</b>	<b>2,33</b>	<b>16,1</b>	<b>3,33</b>	<b>26,80</b>	
Commentaires =												
Disqualifiée pour ondulations descendantes après chaque ciseau de brasse												

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / contact@ffnatation33.org

<http://gironde.ffnatation.org>

CAILLAUD Hadrien			Meeting MASSY				ASC Pessac					
<b>400m NL</b>			20-déc-19				Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>05:06,65</b>		
Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
50	00:33,99	00:33,99	01:11,83	40,1	38,1	39,1	2,26	1,471	3,32	17,0	2,94	22,7
100	01:11,83	00:37,84		37,0	36,7	36,9	2,14	1,321	2,83	19,0	2,63	23,3
150	01:50,65	00:38,82	01:18,47	36,1	35,9	36,0	2,14	1,288	2,76	20,0	2,50	23,4
200	02:30,30	00:39,65		35,1	36,5	35,8	2,16	1,261	2,72	19,5	2,56	23,2
250	03:09,26	00:38,96	01:18,31	36,3	35,0	35,7	2,12	1,283	2,72	19,5	2,56	23,6
300	03:48,61	00:39,35		34,5	35,9	35,2	2,21	1,271	2,81	20,0	2,50	22,6
350	04:27,73	00:39,12	01:18,04	34,7	37,1	35,9	2,21	1,278	2,82	20,5	2,44	22,6
400	<b>05:06,65</b>	00:38,92		37,0	37,1	37,1	2,08	1,285	2,68	21,5	2,33	24,0
<b>Moyennes</b>	<b>00:38,33</b>	<b>01:16,66</b>		<b>36,35</b>	<b>36,54</b>	<b>36,44</b>	<b>2,17</b>	<b>1,31</b>	<b>2,83</b>	<b>19,63</b>	<b>2,56</b>	<b>23,2</b>
Commentaires =												
<b>100 Pap</b>			21-déc-19				Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>01:15,90</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:16,07	00:16,07	52,4	1,78	1,556	2,77	10,0	2,50	14,0			
50	00:35,33	00:19,26	46,5	1,67	1,298	2,17	12,0	2,08	14,9			
75	00:55,24	00:19,91	46,3	1,63	1,256	2,04	13,0	1,92	15,4			
100	<b>01:15,90</b>	00:20,66	47,6	1,53	1,210	1,85	14,0	1,79	16,4			
<b>Moyennes</b>	<b>00:18,98</b>	<b>48,2</b>	<b>1,65</b>	<b>1,3</b>	<b>2,21</b>	<b>12,3</b>	<b>2,07</b>	<b>15,18</b>				
Commentaires =												
<b>100 Brasse</b>			22-déc-19				Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>01:22,23</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:17,74	00:17,74	39,8	2,12	1,409	2,99	8,0	3,13	11,8			
50	00:38,84	00:21,10	37,4	1,90	1,185	2,25	10,0	2,50	13,2			
75	01:00,62	00:21,78	38,0	1,81	1,148	2,08	11,0	2,27	13,8			
100	<b>01:22,23</b>	00:21,61	43,0	1,61	1,157	1,87	13,0	1,92	15,5			
<b>Moyennes</b>	<b>00:20,56</b>	<b>39,6</b>	<b>1,86</b>	<b>1,2</b>	<b>2,30</b>	<b>10,5</b>	<b>2,46</b>	<b>13,55</b>				
Commentaires =												
<b>100 Brasse</b>			22-déc-19				Bassin de 25m		FINALE	Temps : <b>01:22,50</b>		
Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.				
25	00:18,06	00:18,06	38,7	2,15	1,384	2,97	8,0	3,13	11,6			
50	00:39,17	00:21,11	37,5	1,89	1,184	2,24	10,0	2,50	13,2			
75	01:01,36	00:22,19	36,5	1,85	1,127	2,09	11,0	2,27	13,5			
100	<b>01:22,50</b>	00:21,14	43,6	1,63	1,183	1,92	12,0	2,08	15,4			
<b>Moyennes</b>	<b>00:20,63</b>	<b>39,1</b>	<b>1,88</b>	<b>1,2</b>	<b>2,31</b>	<b>10,3</b>	<b>2,50</b>	<b>13,43</b>				
Commentaires =												
<b>200 4 Nages</b>			22-déc-19				Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>02:45,80</b>		
Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
50	00:35,41	00:35,41	01:19,45	44,3	47,2	45,8	1,91	1,412	2,70	10,5	4,76	26,1
100	01:19,45	00:44,04		30,0	30,8	30,4	2,27	1,135	2,58	18,0	2,78	22,0
150	02:06,62	00:47,17	01:26,35	36,9	34,0	35,5	1,72	1,060	1,83	11,5	4,35	29,0
200	<b>02:45,80</b>	00:39,18		38,9	39,3	39,1	1,97	1,276	2,51	22,0	2,27	25,4
<b>Moyennes</b>	<b>00:41,45</b>	<b>01:22,90</b>		<b>37,5</b>	<b>37,83</b>	<b>37,675</b>	<b>1,97</b>	<b>1,2</b>	<b>2,40</b>	<b>15,5</b>	<b>3,54</b>	<b>25,64</b>
Commentaires =												
avait prévu de faire: 36,00/44,00/44,00/354,00 = 2,37,00												

## COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / contact@ffnatation33.org

<http://gironde.ffnatation.org>



## PELE VALERO Anaïs

## Meeting MASSY

## Girondins Bx

400m NL			20-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>05:36,23</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:38,19	00:38,19	01:19,68	36,8	35,4	36,1	2,18	1,309	2,85	17,5	2,86	23,4
100	01:19,68	00:41,49		34,0	33,0	33,5	2,13	1,205	2,56	19,0	2,63	23,5
150	02:02,31	00:42,63	01:25,11	33,5	35,9	34,7	2,10	1,173	2,46	19,5	2,56	23,8
200	02:44,79	00:42,48		35,1	32,0	33,6	2,01	1,177	2,37	19,5	2,56	24,9
250	03:28,37	00:43,58	01:26,81	33,8	31,9	32,9	2,04	1,147	2,34	19,5	2,56	24,6
300	04:11,60	00:43,23		31,8	30,3	31,1	2,18	1,157	2,52	19,5	2,56	22,9
350	04:54,11	00:42,51	01:24,63	31,4	32,1	31,8	2,25	1,176	2,64	19,5	2,56	22,2
400	<b>05:36,23</b>	00:42,12		31,3	32,4	31,9	2,28	1,187	2,70	20,0	2,50	22,0
<b>Moyennes</b>	<b>00:42,03</b>	<b>01:24,06</b>		<b>33,46</b>	<b>32,88</b>	<b>33,17</b>	<b>2,14</b>	<b>1,19</b>	<b>2,56</b>	<b>19,25</b>	<b>2,60</b>	<b>23,4</b>
Commentaires =												

100 Pap			21-déc-19		Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:29,08</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:18,62	00:18,62	38,6	2,09	1,343	2,80	11,0	2,27	12,0	
50	00:41,18	00:22,56	37,5	1,77	1,108	1,96	12,0	2,08	14,1	
75	01:04,27	00:23,09	36,3	1,79	1,083	1,94	12,0	2,08	14,0	
100	<b>01:29,08</b>	00:24,81	33,3	1,82	1,008	1,83	13,0	1,92	13,8	
<b>Moyennes</b>	<b>00:22,27</b>	<b>36,4</b>	<b>1,87</b>	<b>1,1</b>	<b>2,13</b>	<b>12,0</b>	<b>2,09</b>	<b>13,45</b>		
Commentaires =										

100 Brasse			22-déc-19		Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:25,18</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:19,00	00:19,00	46,3	1,71	1,316	2,24	11,0	2,27	14,7	
50	00:40,61	00:21,61	43,0	1,61	1,157	1,87	12,0	2,08	15,5	
75	01:02,73	00:22,12	43,0	1,58	1,130	1,78	13,0	1,92	15,9	
100	<b>01:25,18</b>	00:22,45	47,6	1,40	1,114	1,56	14,0	1,79	17,8	
<b>Moyennes</b>	<b>00:21,29</b>	<b>45,0</b>	<b>1,58</b>	<b>1,2</b>	<b>1,86</b>	<b>12,5</b>	<b>2,02</b>	<b>15,95</b>		
Commentaires =										

100 Brasse			22-déc-19		Bassin de 25m			FINALE	Temps : <b>01:24,60</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:18,22	00:18,22	49,4	1,67	1,372	2,29	11,0	2,27	15,0	
50	00:39,72	00:21,50	47,8	1,46	1,163	1,70	13,0	1,92	17,1	
75	01:02,01	00:22,29	45,5	1,48	1,122	1,66	13,0	1,92	16,9	
100	<b>01:24,60</b>	00:22,59	43,7	1,52	1,107	1,68	14,0	1,79	16,5	
<b>Moyennes</b>	<b>00:21,15</b>	<b>46,6</b>	<b>1,53</b>	<b>1,2</b>	<b>1,83</b>	<b>12,8</b>	<b>1,98</b>	<b>16,37</b>		
Commentaires =										

200 4 Nages			21-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>02:53,03</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:40,25	00:40,25	01:26,61	49,0	35,9	42,5	1,52	1,242	1,89	11,5	4,35	32,9
100	01:26,61	00:46,36		33,1	31,2	32,2	1,96	1,079	2,11	22,0	2,27	25,6
150	02:13,29	00:46,68	01:26,42	38,5	39,5	39,0	1,67	1,071	1,79	12,0	4,17	30,0
200	02:53,03	00:39,74		37,2	38,4	37,8	2,03	1,258	2,55	20,5	2,44	24,6
<b>Moyennes</b>	<b>00:43,26</b>	<b>01:26,51</b>		<b>39,5</b>	<b>36,25</b>	<b>37,850</b>	<b>1,79</b>	<b>1,2</b>	<b>2,08</b>	<b>16,5</b>	<b>3,31</b>	<b>28,26</b>
Commentaires =												

## COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / contact@ffnatation33.org

<http://gironde.ffnatation.org>

## MONTASSIER Shadée

## Meeting MASSY

## ES Blanquefort

400m NL			20-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>05:19,58</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:35,70	00:35,70	01:16,18	39,0	37,0	38,0	2,21	1,401	3,10	16,5	3,03	23,2
100	01:16,18	00:40,48		37,1	37,1	37,1	2,00	1,235	2,47	21,0	2,38	25,0
150	01:57,22	00:41,04	01:22,85	36,2	35,9	36,1	2,02	1,218	2,46	21,5	2,33	24,8
200	02:39,03	00:41,81		36,9	35,2	36,1	1,94	1,196	2,33	21,5	2,33	25,7
250	03:20,21	00:41,18	01:22,00	37,5	37,5	37,5	1,94	1,214	2,36	21,0	2,38	25,7
300	04:01,03	00:40,82		37,0	37,0	37,0	1,99	1,225	2,43	21,0	2,38	25,2
350	04:42,40	00:41,37	01:18,55	38,9	36,8	37,9	1,86	1,209	2,25	22,0	2,27	26,8
400	<b>05:19,58</b>	00:37,18		41,8	44,8	43,3	1,93	1,345	2,60	22,5	2,22	25,9
<b>Moyennes</b>	<b>00:39,95</b>	<b>01:19,90</b>		<b>38,05</b>	<b>37,66</b>	<b>37,86</b>	<b>1,99</b>	<b>1,26</b>	<b>2,50</b>	<b>20,88</b>	<b>2,41</b>	<b>25,3</b>
Commentaires =												

100 Dos			21-déc-19		Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>01:16,66</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
25	00:17,43	00:17,43		#DIV/0!	1,434	#DIV/0!	8,0	3,13	0,0
50	00:37,05	00:19,62		#DIV/0!	1,274	#DIV/0!	9,0	2,78	0,0
75	00:58,79	00:21,74		#DIV/0!	1,150	#DIV/0!	9,5	2,63	0,0
100	<b>01:16,66</b>	00:17,87		#DIV/0!	1,399	#DIV/0!	10,5	2,38	0,0
<b>Moyennes</b>	<b>00:19,17</b>	<b>#DIV/0!</b>	<b>#DIV/0!</b>	<b>1,3</b>	<b>#DIV/0!</b>	<b>9,3</b>	<b>2,73</b>	<b>0,00</b>	
Commentaires =									

100 Brasse			22-déc-19		Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>01:24,35</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
25	00:18,34	00:18,34	41,2	1,99	1,363	2,71	9,0	2,78	12,6
50	00:40,22	00:21,88	38,2	1,79	1,143	2,05	11,0	2,27	13,9
75	01:02,47	00:22,25	41,2	1,64	1,124	1,84	12,0	2,08	15,3
100	<b>01:24,35</b>	00:21,88	48,8	1,40	1,143	1,61	14,0	1,79	17,8
<b>Moyennes</b>	<b>00:21,09</b>	<b>42,4</b>	<b>1,71</b>	<b>1,2</b>	<b>2,05</b>	<b>11,5</b>	<b>2,23</b>	<b>14,90</b>	
Commentaires =									

100 NL			22-déc-19		Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>01:07,83</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
25	00:15,50	00:15,50	57,3	1,69	1,613	2,72	9,5	2,63	14,8
50	00:32,66	00:17,16	47,2	1,85	1,457	2,70	9,5	2,63	13,5
75	00:50,45	00:17,79	48,2	1,75	1,405	2,46	11,0	2,27	14,3
100	<b>01:07,83</b>	00:17,38	47,2	1,83	1,438	2,63	12,0	2,08	13,7
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,96</b>	<b>50,0</b>	<b>1,78</b>	<b>1,5</b>	<b>2,63</b>	<b>10,5</b>	<b>2,40</b>	<b>14,07</b>	
Commentaires =									

200 4 Nages			21-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>02:50,15</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:41,35	00:41,35	01:24,35	44,6	34,3	39,5	1,63	1,209	1,97	21,0	2,38	30,7
100	01:24,35	00:43,00		30,1	29,6	29,9	2,32	1,163	2,70	18,5	2,70	21,6
150	02:12,92	00:48,57	01:25,80	35,2	34,6	34,9	1,75	1,029	1,81	24,0	2,08	28,5
200	<b>02:50,15</b>	00:37,23		41,1	48,0	44,6	1,96	1,343	2,63	22,0	2,27	25,5
<b>Moyennes</b>	<b>00:42,54</b>	<b>01:25,07</b>		<b>37,8</b>	<b>36,63</b>	<b>37,188</b>	<b>1,91</b>	<b>1,2</b>	<b>2,28</b>	<b>21,4</b>	<b>2,36</b>	<b>26,58</b>
Commentaires =												

## COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
 05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>



DA SILVA Ambre			Meeting MASSY				AS LA TESTE					
<b>400m NL</b>			20-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>05:22,38</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:35,80	00:35,80		40,1	32,9	32,7	2,56	1,397	3,58	16,5	3,03	23,9
100	01:15,17	00:39,37	01:15,17	37,0	32,4	33,8	2,06	1,270	2,62	19,0	2,63	24,3
150	01:56,68	00:41,51	01:23,01	36,1	33,1	34,0	2,00	1,205	2,41	20,0	2,50	25,0
200	02:38,18	00:41,50		35,1	33,4	34,2	2,06	1,205	2,48	19,5	2,56	24,3
250	03:19,83	00:41,65	01:23,40	36,3	33,1	31,3	1,98	1,200	2,38	19,5	2,56	25,2
300	04:01,58	00:41,75		34,5	32,9	31,1	2,08	1,198	2,49	19,5	2,56	24,0
350	04:43,17	00:41,59	01:20,80	34,7	33,6	34,1	2,08	1,202	2,50	20,0	2,50	24,1
400	<b>05:22,38</b>	00:39,21		37,0	36,1	39,8	2,07	1,275	2,64	22,5	2,22	24,2
<b>Moyennes</b>	<b>00:40,30</b>	<b>01:20,60</b>		<b>36,35</b>	<b>33,44</b>	<b>33,88</b>	<b>2,11</b>	<b>1,24</b>	<b>2,64</b>	<b>19,56</b>	<b>2,57</b>	<b>24,4</b>
Commentaires =												
<b>100 Dos</b>			21-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:17,25</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:18,24	00:18,24	38,9	2,11	1,371	2,90	9,0	2,78	11,8			
50	00:37,65	00:19,41	35,3	2,19	1,288	2,82	9,5	2,63	11,4			
75	00:57,97	00:20,32	35,2	2,10	1,230	2,58	10,0	2,50	11,9			
100	<b>01:17,25</b>	00:19,28	36,8	2,11	1,297	2,74	10,5	2,38	11,8			
<b>Moyennes</b>	<b>00:19,31</b>	<b>36,6</b>	<b>2,13</b>	<b>1,3</b>	<b>2,76</b>	<b>9,8</b>	<b>2,57</b>	<b>11,75</b>				
Commentaires =												
<b>100 Dos</b>			21-déc-19				Bassin de 25m			FINALE	Temps : <b>01:16,18</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:18,18	00:18,18	40,8	2,02	1,375	2,78	9,0	2,78	12,4			
50	00:37,37	00:19,19	36,0	2,17	1,303	2,83	9,0	2,78	11,5			
75	00:57,35	00:19,98	35,7	2,10	1,251	2,63	10,0	2,50	11,9			
100	<b>01:16,18</b>	00:18,83	39,7	2,01	1,328	2,66	11,0	2,27	12,5			
<b>Moyennes</b>	<b>00:19,05</b>	<b>38,1</b>	<b>2,08</b>	<b>1,3</b>	<b>2,73</b>	<b>9,8</b>	<b>2,58</b>	<b>12,06</b>				
Commentaires =												
<b>100 Brasse</b>			22-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:27,50</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:19,18	00:19,18	38,6	2,03	1,303	2,64	8,0	3,13	12,3			
50	00:41,40	00:22,22	33,8	2,00	1,125	2,25	10,0	2,50	12,5			
75	01:04,72	00:23,32	37,4	1,72	1,072	1,84	12,0	2,08	14,5			
100	<b>01:27,50</b>	00:22,78	40,7	1,62	1,097	1,78	14,0	1,79	15,5			
<b>Moyennes</b>	<b>00:21,87</b>	<b>37,6</b>	<b>1,84</b>	<b>1,1</b>	<b>2,13</b>	<b>11,0</b>	<b>2,37</b>	<b>13,71</b>				
Commentaires =												
<b>100 Brasse</b>			22-déc-19				Bassin de 25m			FINALE	Temps : <b>01:27,04</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:18,88	00:18,88	36,9	2,15	1,324	2,85	8,0	3,13	11,6			
50	00:41,20	00:22,32	34,4	1,95	1,120	2,19	10,0	2,50	12,8			
75	01:04,29	00:23,09	37,4	1,74	1,083	1,88	12,0	2,08	14,4			
100	<b>01:27,04</b>	00:22,75	44,3	1,49	1,099	1,64	14,0	1,79	16,8			
<b>Moyennes</b>	<b>00:21,76</b>	<b>38,3</b>	<b>1,83</b>	<b>1,2</b>	<b>2,14</b>	<b>11,0</b>	<b>2,37</b>	<b>13,90</b>				
Commentaires =												
<b>100 NL</b>			22-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:06,30</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:14,85	00:14,85	58,2	1,74	1,684	2,92	10,0	2,50	14,4			
50	00:31,47	00:16,62	51,9	1,74	1,504	2,62	12,0	2,08	14,4			
75	00:48,73	00:17,26	50,1	1,73	1,448	2,51	12,0	2,08	14,4			
100	<b>01:06,30</b>	00:17,57	49,2	1,74	1,423	2,47	13,0	1,92	14,4			
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,57</b>	<b>52,4</b>	<b>1,74</b>	<b>1,5</b>	<b>2,63</b>	<b>11,8</b>	<b>2,15</b>	<b>14,40</b>				
Commentaires =												
<b>100 NL</b>			22-déc-19				Bassin de 25m			FINALE	Temps : <b>01:05,69</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:14,69	00:14,69	57,6	1,77	1,702	3,02	10,0	2,50	14,1			
50	00:31,10	00:16,41	52,8	1,73	1,523	2,64	12,0	2,08	14,4			
75	00:48,38	00:17,28	52,8	1,64	1,447	2,38	12,0	2,08	15,2			
100	<b>01:05,69</b>	00:17,31	52,1	1,66	1,444	2,40	11,0	2,27	15,0			
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,42</b>	<b>53,8</b>	<b>1,70</b>	<b>1,5</b>	<b>2,61</b>	<b>11,3</b>	<b>2,23</b>	<b>14,70</b>				
Commentaires =												
<b>200 4 Nages</b>			21-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>02:47,46</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:36,56	00:36,56		53,0	48,0	50,5	1,55	1,368	2,12	12,5	4,00	32,3
100	01:19,16	00:42,60	01:19,16	33,3	32,5	32,9	2,11	1,174	2,48	19,0	2,63	23,6
150	02:09,23	00:50,07	01:28,30	31,4	31,9	31,7	1,91	0,999	1,91	12,0	4,17	26,2
200	<b>02:47,46</b>	00:38,23		38,2	41,8	40,0	2,05	1,308	2,69	21,5	3,33	24,3
<b>Moyennes</b>	<b>00:41,86</b>	<b>01:23,73</b>		<b>39,0</b>	<b>38,55</b>	<b>38,763</b>	<b>1,91</b>	<b>1,2</b>	<b>2,30</b>	<b>16,3</b>	<b>3,28</b>	<b>26,62</b>
Commentaires =												

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
 05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>



**KERBRAT Valentine****Meeting MASSY****ASC Pessac**

<b>400m NL</b>			<b>20-déc-19</b>				<b>Bassin de 25m</b>			<b>Séries</b>	<b>Temps : 05:23,09</b>	
	<b>Cumul</b>	<b>50 m</b>	<b>100 m</b>	<b>Cad.1</b>	<b>Cad.2</b>	<b>Cad.</b>	<b>D.C. 1</b>	<b>V m/s</b>	<b>I. N.</b>	<b>Cyc.</b>	<b>D.C. 2</b>	<b>Cyc'.</b>
50	00:35,22	00:35,22	01:14,35	47,6	44,1	32,7	2,60	1,420	3,70	21,0	2,38	27,9
100	01:14,35	00:39,13		42,0	42,4	33,8	1,83	1,278	2,33	24,0	2,08	27,4
150	01:55,30	00:40,95	01:21,87	41,8	42,0	34,0	1,75	1,221	2,14	24,5	2,04	28,5
200	02:36,22	00:40,92		43,0	42,8	34,2	1,70	1,222	2,08	24,5	2,04	29,3
250	03:17,67	00:41,45	01:23,63	42,8	43,0	31,3	1,69	1,206	2,04	25,0	2,00	29,6
300	03:59,85	00:42,18		41,2	41,0	31,1	1,73	1,185	2,05	25,0	2,00	29,0
350	04:41,70	00:41,85	01:23,24	41,5	41,8	34,1	1,73	1,195	2,06	25,0	2,00	28,9
400	<b>05:23,09</b>	00:41,39		44,7	44,4	39,8	1,62	1,208	1,96	25,5	1,96	30,8
<b>Moyennes</b>	<b>00:40,39</b>	<b>01:20,77</b>		<b>43,08</b>	<b>42,69</b>	<b>33,88</b>	<b>1,83</b>	<b>1,24</b>	<b>2,30</b>	<b>24,31</b>	<b>2,06</b>	<b>28,9</b>
Commentaires =												

<b>100 Pap</b>			<b>21-déc-19</b>		<b>Bassin de 25m</b>			<b>Séries</b>	<b>Temps : 01:20,90</b>	
	<b>Cumul</b>	<b>50 m</b>	<b>Cad.1</b>	<b>D.C. 1</b>	<b>V m/s</b>	<b>I. N.</b>	<b>Cyc.</b>	<b>D.C. 2</b>	<b>Cyc'.</b>	
25	00:16,66	00:16,66	53,5	1,68	1,501	2,53	12,0	2,08	14,9	
50	00:36,83	00:20,17	50,9	1,46	1,239	1,81	15,0	1,67	17,1	
75	00:58,22	00:21,39	49,9	1,41	1,169	1,64	15,0	1,67	17,8	
100	<b>01:20,90</b>	00:22,68	48,8	1,36	1,102	1,49	16,0	1,56	18,4	
<b>Moyennes</b>	<b>00:20,23</b>	<b>50,8</b>	<b>1,48</b>	<b>1,3</b>	<b>1,87</b>	<b>14,5</b>	<b>1,74</b>	<b>17,05</b>		
Commentaires =										

<b>100 NL</b>			<b>21-déc-19</b>		<b>Bassin de 25m</b>			<b>Séries</b>	<b>Temps : 01:09,61</b>	
	<b>Cumul</b>	<b>50 m</b>	<b>Cad.1</b>	<b>D.C. 1</b>	<b>V m/s</b>	<b>I. N.</b>	<b>Cyc.</b>	<b>D.C. 2</b>	<b>Cyc'.</b>	
25	00:15,51	00:15,51	58,8	1,64	1,612	2,65	11,0	2,27	15,2	
50	00:33,15	00:17,64	56,7	1,50	1,417	2,13	13,0	1,92	16,7	
75	00:51,27	00:18,12	52,4	1,58	1,380	2,18	13,5	1,85	15,8	
100	<b>01:09,61</b>	00:18,34	50,3	1,63	1,363	2,22	14,5	1,72	15,4	
<b>Moyennes</b>	<b>00:17,40</b>	<b>54,6</b>	<b>1,59</b>	<b>1,4</b>	<b>2,29</b>	<b>13,0</b>	<b>1,94</b>	<b>15,77</b>		
Commentaires =										

<b>200 4 Nages</b>			<b>21-déc-19</b>				<b>Bassin de 25m</b>			<b>Séries</b>	<b>Temps : 02:54,58</b>	
	<b>Cumul</b>	<b>50 m</b>	<b>100 m</b>	<b>Cad.1</b>	<b>Cad.2</b>	<b>Cad.</b>	<b>D.C. 1</b>	<b>V m/s</b>	<b>I. N.</b>	<b>Cyc.</b>	<b>D.C. 2</b>	<b>Cyc'.</b>
50	00:37,24	00:37,24	01:22,39	51,8	51,1	51,5	1,56	1,343	2,09	14,0	3,57	32,2
100	01:22,39	00:45,15		39,2	38,5	38,9	1,70	1,107	1,88	29,5	1,69	29,5
150	02:16,34	00:53,95	01:32,19	37,9	37,6	37,8	1,47	0,927	1,36	15,0	3,33	34,1
200	<b>02:54,58</b>	00:38,24		40,8	41,4	41,1	1,92	1,308	2,51	24,5	2,04	26,0
<b>Moyennes</b>	<b>00:43,65</b>	<b>01:27,29</b>		<b>42,4</b>	<b>42,15</b>	<b>42,288</b>	<b>1,66</b>	<b>1,2</b>	<b>1,96</b>	<b>20,8</b>	<b>2,66</b>	<b>30,43</b>
Commentaires =												

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
 05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>



Valentine

Meeting MASSY

ASC Pessac

400m NL			20-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>05:23,09</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:35,22	00:35,22	01:14,35	47,6	44,1	32,7	2,60	1,420	3,70	21,0	2,38	27,9
100	01:14,35	00:39,13		42,0	42,4	33,8	1,83	1,278	2,33	24,0	2,08	27,4
150	01:55,30	00:40,95	01:21,87	41,8	42,0	34,0	1,75	1,221	2,14	24,5	2,04	28,5
200	02:36,22	00:40,92		43,0	42,8	34,2	1,70	1,222	2,08	24,5	2,04	29,3
250	03:17,67	00:41,45	01:23,63	42,8	43,0	31,3	1,69	1,206	2,04	25,0	2,00	29,6
300	03:59,85	00:42,18		41,2	41,0	31,1	1,73	1,185	2,05	25,0	2,00	29,0
350	04:41,70	00:41,85	01:23,24	41,5	41,8	34,1	1,73	1,195	2,06	25,0	2,00	28,9
400	<b>05:23,09</b>	00:41,39		44,7	44,4	39,8	1,62	1,208	1,96	25,5	1,96	30,8
<b>Moyennes</b>	<b>00:40,39</b>	<b>01:20,77</b>		<b>43,08</b>	<b>42,69</b>	<b>33,88</b>	<b>1,83</b>	<b>1,24</b>	<b>2,30</b>	<b>24,31</b>	<b>2,06</b>	<b>28,9</b>
Commentaires =												

100 Pap			21-déc-19		Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:20,90</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:16,66	00:16,66	53,5	1,68	1,501	2,53	12,0	2,08	14,9	
50	00:36,83	00:20,17	50,9	1,46	1,239	1,81	15,0	1,67	17,1	
75	00:58,22	00:21,39	49,9	1,41	1,169	1,64	15,0	1,67	17,8	
100	<b>01:20,90</b>	00:22,68	48,8	1,36	1,102	1,49	16,0	1,56	18,4	
<b>Moyennes</b>	<b>00:20,23</b>	<b>50,8</b>	<b>1,48</b>	<b>1,3</b>	<b>1,87</b>	<b>14,5</b>	<b>1,74</b>	<b>17,05</b>		
Commentaires =										

100 NL			21-déc-19		Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>01:09,61</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:15,51	00:15,51	58,8	1,64	1,612	2,65	11,0	2,27	15,2	
50	00:33,15	00:17,64	56,7	1,50	1,417	2,13	13,0	1,92	16,7	
75	00:51,27	00:18,12	52,4	1,58	1,380	2,18	13,5	1,85	15,8	
100	<b>01:09,61</b>	00:18,34	50,3	1,63	1,363	2,22	14,5	1,72	15,4	
<b>Moyennes</b>	<b>00:17,40</b>	<b>54,6</b>	<b>1,59</b>	<b>1,4</b>	<b>2,29</b>	<b>13,0</b>	<b>1,94</b>	<b>15,77</b>		
Commentaires =										

200 4 Nages			21-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>02:54,58</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:37,24	00:37,24	01:22,39	51,8	51,1	51,5	1,56	1,343	2,09	14,0	3,57	32,2
100	01:22,39	00:45,15		39,2	38,5	38,9	1,70	1,107	1,88	29,5	1,69	29,5
150	02:16,34	00:53,95	01:32,19	37,9	37,6	37,8	1,47	0,927	1,36	15,0	3,33	34,1
200	<b>02:54,58</b>	00:38,24		40,8	41,4	41,1	1,92	1,308	2,51	24,5	2,04	26,0
<b>Moyennes</b>	<b>00:43,65</b>	<b>01:27,29</b>		<b>42,4</b>	<b>42,15</b>	<b>42,288</b>	<b>1,66</b>	<b>1,2</b>	<b>1,96</b>	<b>20,8</b>	<b>2,66</b>	<b>30,43</b>
Commentaires =												

## COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)<http://gironde.ffnatation.org>



<b>BOUESSE Battit</b>	<b>Meeting MASSY</b>	<b>CN TALENCE</b>
-----------------------	----------------------	-------------------

<b>400m NL</b>			20-déc-19		Bassin de 25m					Séries	Temps : <b>04:44,14</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:31,05	00:31,05	01:06,99	45,3	38,0	32,7	2,95	1,610	4,76	14,0	3,57	23,4
100	01:06,99	00:35,94		34,0	32,7	33,8	2,46	1,391	3,42	17,0	2,94	20,4
150	01:43,47	00:36,48	01:12,98	33,6	33,1	34,0	2,45	1,371	3,35	17,5	2,86	20,4
200	02:19,97	00:36,50		33,4	32,4	34,2	2,46	1,370	3,37	17,0	2,94	20,3
250	02:55,80	00:35,83	01:12,49	34,9	34,7	31,3	2,40	1,395	3,35	18,0	2,78	20,8
300	03:32,46	00:36,66		35,1	33,7	31,1	2,33	1,364	3,18	18,0	2,78	21,4
350	04:08,53	00:36,07	01:11,68	36,6	35,2	34,1	2,27	1,386	3,15	18,5	2,70	22,0
400	<b>04:44,14</b>	00:35,61		34,5	37,5	39,8	2,44	1,404	3,43	19,0	2,63	20,5
<b>Moyennes</b>	<b>00:35,52</b>	<b>01:11,03</b>		<b>35,93</b>	<b>34,66</b>	<b>33,88</b>	<b>2,47</b>	<b>1,41</b>	<b>3,50</b>	<b>17,38</b>	<b>2,90</b>	<b>21,2</b>
Commentaires =												

<b>100 Pap</b>			21-déc-19		Bassin de 25m					Séries	Temps : <b>01:05,62</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:13,88	00:13,88	58,8	1,84	1,801	3,31	8,0	3,13	13,6			
50	00:29,97	00:16,09	50,7	1,84	1,554	2,86	11,0	2,27	13,6			
75	00:47,42	00:17,45	53,3	1,61	1,433	2,31	12,0	2,08	15,5			
100	<b>01:05,62</b>	00:18,20	52,4	1,57	1,374	2,16	13,0	1,92	15,9			
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,40</b>	<b>53,8</b>	<b>1,72</b>	<b>1,5</b>	<b>2,66</b>	<b>11,0</b>	<b>2,35</b>	<b>14,65</b>				
Commentaires =												

<b>100 Pap</b>			21-déc-19		Bassin de 25m					FINALE	Temps : <b>01:05,48</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:13,75	00:13,75	53,3	2,05	1,818	3,72	8,0	3,13	12,2			
50	00:30,23	00:16,48	50,9	1,79	1,517	2,71	11,0	2,27	14,0			
75	00:47,44	00:17,21	53,3	1,64	1,453	2,38	12,0	2,08	15,3			
100	<b>01:05,48</b>	00:18,04	53,3	1,56	1,386	2,16	13,0	1,92	16,0			
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,37</b>	<b>52,7</b>	<b>1,76</b>	<b>1,5</b>	<b>2,74</b>	<b>11,0</b>	<b>2,35</b>	<b>14,38</b>				
Commentaires =												

<b>100 NL</b>			22-déc-19		Bassin de 25m					Séries	Temps : <b>00:59,14</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:13,22	00:13,22	50,7	2,24	1,891	4,23	7,5	3,33	11,2			
50	00:27,95	00:14,73	48,2	2,11	1,697	3,59	9,5	2,63	11,8			
75	00:43,42	00:15,47	45,5	2,13	1,616	3,44	10,0	2,50	11,7			
100	<b>00:59,14</b>	00:15,72	45,9	2,08	1,590	3,31	10,5	2,38	12,0			
<b>Moyennes</b>	<b>00:14,79</b>	<b>47,6</b>	<b>2,14</b>	<b>1,7</b>	<b>3,64</b>	<b>9,4</b>	<b>2,71</b>	<b>11,69</b>				
Commentaires =												

<b>100 NL</b>			22-déc-19		Bassin de 25m					FINALE	Temps : <b>00:58,96</b>	
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.			
25	00:13,02	00:13,02	50,7	2,27	1,920	4,36	7,0	3,57	11,0			
50	00:28,11	00:15,09	46,5	2,14	1,657	3,54	9,0	2,78	11,7			
75	00:43,50	00:15,39	44,6	2,19	1,624	3,55	10,0	2,50	11,4			
100	<b>00:58,96</b>	00:15,46	44,8	2,17	1,617	3,50	10,0	2,50	11,5			
<b>Moyennes</b>	<b>00:14,74</b>	<b>46,7</b>	<b>2,19</b>	<b>1,7</b>	<b>3,74</b>	<b>9,0</b>	<b>2,84</b>	<b>11,42</b>				
Commentaires =												

<b>200 4 Nages</b>			22-déc-19		Bassin de 25m					Séries	Temps : <b>02:26,71</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:31,48	00:31,48	01:10,19	54,0	50,5	52,3	1,76	1,588	2,80	20,0	2,50	28,3
100	01:10,19	00:38,71		33,9	34,2	34,1	2,29	1,292	2,95	17,0	2,94	21,9
150	01:53,66	00:43,47	01:16,52	33,1	36,5	34,8	2,08	1,150	2,40	20,0	2,50	24,0
200	<b>02:26,71</b>	00:33,05		41,4	42,2	41,8	2,19	1,513	3,32	19,0	2,63	22,8
<b>Moyennes</b>	<b>00:36,68</b>	<b>01:13,36</b>		<b>40,6</b>	<b>40,85</b>	<b>40,725</b>	<b>2,08</b>	<b>1,4</b>	<b>2,87</b>	<b>19,0</b>	<b>2,64</b>	<b>24,25</b>
Commentaires =												

avait prévu de faire: 30,00/37,00/44,00/34,00 = 2,25,00

**COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE**

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux  
05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / [contact@ffnatation33.org](mailto:contact@ffnatation33.org)  
<http://gironde.ffnatation.org>



## BOITEAU Lukas

## Meeting MASSY

## ASC Pessac

400m NL			20-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>04:36,97</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:31,04	00:31,04	01:04,70	38,9	34,4	32,7	2,96	1,611	4,76	14,0	3,57	20,1
100	01:04,70	00:33,66		36,5	38,9	33,8	2,44	1,485	3,63	16,5	3,03	20,5
150	01:39,80	00:35,10	01:09,48	37,4	35,7	34,0	2,29	1,425	3,26	18,0	2,78	21,9
200	02:14,18	00:34,38		36,7	36,7	34,2	2,38	1,454	3,46	18,0	2,78	21,0
250	02:49,96	00:35,78	01:12,20	37,4	38,4	31,3	2,24	1,397	3,13	18,5	2,70	22,3
300	03:26,38	00:36,42		37,8	39,4	31,1	2,18	1,373	2,99	19,0	2,63	22,9
350	04:02,76	00:36,38	01:10,59	38,2	37,4	34,1	2,16	1,374	2,97	19,0	2,63	23,2
400	<b>04:36,97</b>	00:34,21		40,0	40,3	39,8	2,19	1,462	3,20	19,0	2,63	22,8
<b>Moyennes</b>	<b>00:34,62</b>	<b>01:09,24</b>		<b>37,86</b>	<b>37,65</b>	<b>33,88</b>	<b>2,35</b>	<b>1,45</b>	<b>3,42</b>	<b>17,75</b>	<b>2,84</b>	<b>21,8</b>
Commentaires =												

100 Dos			21-déc-19		Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>01:05,86</b>		
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:15,66	00:15,66	42,7	2,24	1,596	3,58	7,5	3,33	11,1	
50	00:32,48	00:16,82	39,8	2,24	1,486	3,33	8,5	2,94	11,2	
75	00:49,21	00:16,73	42,8	2,09	1,494	3,13	9,0	2,78	11,9	
100	<b>01:05,86</b>	00:16,65	43,0	2,10	1,502	3,15	9,5	2,63	11,9	
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,46</b>	<b>42,1</b>	<b>2,17</b>	<b>1,5</b>	<b>3,30</b>	<b>8,6</b>	<b>2,92</b>	<b>11,54</b>		
Commentaires =										

100 Dos			21-déc-19		Bassin de 25m		FINALE	Temps : <b>01:05,06</b>		
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:15,16	00:15,16	46,8	2,11	1,649	3,49	7,0	3,57	11,8	
50	00:31,65	00:16,49	42,5	2,14	1,516	3,24	8,5	2,94	11,7	
75	00:48,56	00:16,91	40,1	2,21	1,478	3,27	9,0	2,78	11,3	
100	<b>01:05,06</b>	00:16,50	42,5	2,14	1,515	3,24	9,5	2,63	11,7	
<b>Moyennes</b>	<b>00:16,27</b>	<b>43,0</b>	<b>2,15</b>	<b>1,5</b>	<b>3,31</b>	<b>8,5</b>	<b>2,98</b>	<b>11,62</b>		
Commentaires =										

100 NL			22-déc-19		Bassin de 25m		Séries	Temps : <b>00:58,98</b>		
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:13,32	00:13,32	49,9	2,26	1,877	4,24	7,0	3,57	11,1	
50	00:28,26	00:14,94	49,7	2,02	1,673	3,38	9,5	2,63	12,4	
75	00:43,52	00:15,26	47,4	2,07	1,638	3,40	9,5	2,63	12,1	
100	<b>00:58,98</b>	00:15,46	46,8	2,07	1,617	3,35	10,5	2,38	12,1	
<b>Moyennes</b>	<b>00:14,75</b>	<b>48,5</b>	<b>2,11</b>	<b>1,7</b>	<b>3,59</b>	<b>9,1</b>	<b>2,80</b>	<b>11,89</b>		
Commentaires =										

100 NL			22-déc-19		Bassin de 25m		FINALE	Temps : <b>01:00,52</b>		
	Cumul	50 m	Cad.1	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.	
25	00:13,77	00:13,77	50,5	2,16	1,816	3,92	7,5	3,33	11,6	
50	00:29,13	00:15,36	46,3	2,11	1,628	3,43	9,5	2,63	11,9	
75	00:44,80	00:15,67	45,5	2,10	1,595	3,36	9,5	2,63	11,9	
100	<b>01:00,52</b>	00:15,72	46,6	2,05	1,590	3,26	10,5	2,38	12,2	
<b>Moyennes</b>	<b>00:15,13</b>	<b>47,2</b>	<b>2,10</b>	<b>1,7</b>	<b>3,49</b>	<b>9,3</b>	<b>2,74</b>	<b>11,88</b>		
Commentaires =										

200 4 Nages			22-déc-19				Bassin de 25m			Séries	Temps : <b>02:24,80</b>	
	Cumul	50 m	100 m	Cad.1	Cad.2	Cad.	D.C. 1	V m/s	I. N.	Cyc.	D.C. 2	Cyc'.
50	00:31,42	00:31,42	01:08,33	52,8	45,1	49,0	1,81	1,591	2,88	20,0	2,50	27,6
100	01:08,33	00:36,91		37,5	38,9	34,8	2,17	1,355	2,94	17,5	2,86	23,1
150	01:51,67	00:43,34	01:16,47	38,9	38,9	38,9	1,78	1,154	2,05	21,0	2,38	28,1
200	<b>02:24,80</b>	00:33,13		45,7	43,9	44,8	1,98	1,509	2,99	18,5	2,70	25,2
<b>Moyennes</b>	<b>00:36,20</b>	<b>01:12,40</b>		<b>43,7</b>	<b>41,70</b>	<b>41,863</b>	<b>1,93</b>	<b>1,4</b>	<b>2,71</b>	<b>19,3</b>	<b>2,61</b>	<b>26,01</b>
Commentaires =												
avait prévu de faire: 33.00/34.00/44.00/31.00 = 2.22.00												

## COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE

Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative / 153 rue david johnston - 33000 Bordeaux

05 56 44 00 80 - 06 08 28 86 82 / contact@ffnatation33.org

<http://gironde.ffnatation.org>