



EXERCICE RÉGULARITÉ SKI-ROUES CL

Dim. 10/09/2023 – Route des Crues (Eteaux) – Tour de 900m

U14 et +				REGULARITE (endurance aérobie)										Accélération		Durée totale
Cl	Dos	Nom et prénom	Catég.	Tour 1	Tour 2	Tour 3	Tour 4	Tour 5	Tour 6	Tour 7	Tour 8	Moyenne	Écart ±	Tour 9	Ecart/régu	
1	2	TROUILLET NATHAEL	U14-M	3:50.6	3:54.8	3:51.1	3:53.6	3:50.7	3:48.7	3:52.3	3:45.9	3:50.9	0:08.9			30:47.7
2	3	GRENARD CHARLY	U16-M	3:32.5	3:33.9	3:35.6	3:37.2	3:33.1	3:32.2	3:34.7	3:19.6	3:32.3	0:17.6	2:20.6	1:11.8	30:39.4
3	1	GRENARD THIBAULT	U16-M	3:59.6	3:56.7	3:46.6	3:52.7	3:48.4	3:43.7	3:43.0	3:37.2	3:48.5	0:22.4			30:27.9
4	5	JUAREZ EMMA	U15-F	4:11.6	4:07.3	3:58.6	4:00.7	4:01.5	3:52.9	3:56.0	3:48.1	3:59.6	0:23.5			31:56.7
5	9	NEUVILLE TITOUAN	U14-M	4:42.2	4:40.6	4:38.3	4:35.8	4:31.5	4:29.2	4:17.0		4:33.5	0:25.2			31:54.6
6	4	KRUSI MAXIME	U14-M	4:06.0	4:00.8	4:01.0	3:54.2	4:16.2	3:53.0	3:48.4	3:52.9	3:59.1	0:27.8			31:52.5
7	6	COLET NEVE	U15-F	4:17.6	4:01.9	3:49.2	3:54.9	3:53.7	3:50.8	3:54.5	3:50.9	3:56.7	0:28.4			31:33.5
8	8	MAFFIOLI JOHAN	U15-M	4:22.6	4:15.3	4:06.5	4:03.4	3:58.4	4:04.0	3:50.4	3:44.3	4:03.1	0:38.3			32:24.9
9	7	PETEX GASPARD	U15-M	4:51.4	4:42.9	4:25.7	4:30.5	4:23.1	4:18.3	4:03.7		4:27.9	0:47.7			31:15.6

Départ toutes les 20 secondes, bonnes conditions
Séance en SK pour Charly

Départ : en face de la maison du carrefour avec la route des Faverges
Demi-tour en bas : sur le dernier trait de séparation centrale avant le carrefour
Demi-tour en haut : en face de l'entrée de la ferme

Code couleur : Bien/TB
 Correct/Moyen
 à améliorer
 Amélioration importante attendue