

EXERCICE ALLURES SKI-ROUES SK

Mer. 09/07/25 – La Féclaz

Piste bleue + boucle du départ (petite bleue pour U12-U13)

U14 et +				Endurance aérobie							À fond	Durée	Endurance aérobie		À fond	Juillet 2025	
Cl	Dos	Nom et prénom	Catég.	Tour 1	Tour 2	Tour 3	Tour 4	Tour 5	Tour 6	Tour 7	Tour 8	totale	Moyenne	Écart ±	Écart/aéro	Aérobie	À fond
1	4	CHAZALVIEL HUGO	U14-M	6:12.6	6:18.8	6:22.5	6:25.3	6:31.2	6:31.7	6:17.6	5:07.3	49:47.0	6:22.8	0:19.1	1:15.5		
1	2	MORATILLE MATHIS	U14-M	6:45.1	6:55.1	6:36.1	6:40.8	6:39.9	6:41.2	6:29.2	5:08.0	51:55.4	6:41.1	0:25.9	1:33.1	7:00.9	5:38.1
3	1	NOZIN KILIAN	U20-M	6:42.0	6:53.4	6:37.1	6:35.7	6:43.1	6:34.2	6:10.1	4:49.9	51:05.5	6:36.5	0:43.3	1:46.6		
4	5	ADAMI MARGOT	U15-F	6:25.3	6:33.2	6:53.1	6:46.2	6:25.9	6:47.1	6:38.4	5:40.6	52:09.8	6:38.5	0:27.8	0:57.9	7:22.4	6:16.2
4	3	VIVET JEANNE	U15-F	6:42.3	6:53.9	6:43.7	6:44.2	6:35.8	7:06.5	6:44.0	5:53.8	53:24.2	6:47.2	0:30.7	0:53.4	9:01.2	
6	8	BERCHET PAULIN	U15-M	7:24.0	7:20.5	7:07.3	7:06.0	7:06.3	7:09.6		6:05.0	49:18.7	7:12.3	0:18.0	1:07.3		
7	6	BOUCHET TIMEO	U14-M	6:50.5	6:53.1	6:55.2	7:03.3	7:15.5	7:07.9	7:27.7	6:12.6	55:45.8	7:04.7	0:37.2	0:52.1	6:59.9	6:37.5
8	7	NERI ELIOT	U15-M	6:44.3	6:30.5	7:05.3	6:56.4	7:15.2	7:20.9	7:26.0	6:04.4	55:23.0	7:02.7	0:55.5	0:58.3	7:06.8	6:29.0

U12-U13				Endurance aérobie							À fond	Durée	Endurance aérobie		À fond	Juillet 2025	
Cl	Dos	Nom et prénom	Catég.	Tour 1	Tour 2	Tour 3	Tour 4	Tour 5	Tour 6	Tour 7	Tour 8	totale	Moyenne	Écart ±	Écart/aéro	Aérobie	À fond
1	9	DURET GABIN	U13-M	5:15.3	5:10.1	5:29.0	5:35.0	5:36.0	5:57.1		5:12.0	38:14.5	5:30.4	0:47.0	0:18.4		
2	11	MANSEY CLEMENCE	U13-F	5:34.4	5:53.3	5:46.1	6:14.9	5:51.7			5:43.1	35:03.5	5:52.1	0:40.5	0:08.9		
3	10	BOTTE ETHANYEL	U12-M	6:26.0	6:41.4	6:52.0	7:06.3				6:35.2	33:40.9	6:46.4	0:40.3	0:11.2		
4	12	BERCHET ARMAND	U13-M	6:43.3	7:11.1	7:39.8	8:00.0				7:08.7	36:42.9	7:23.6	1:16.7	0:14.9		

Départ toutes les 30 secondes

Tour référence aérobie : 6'23 (Christophe)

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