

STAGE COLONIA DE SAN JORDI 2015				GRUPO FELISA Y LAURA										
	NADADOR	PESO (KG)	TALLA (CM)	ENVER (CM)	FUERZA*	S. LONG (CM)	S.VER (CM)	BALON MED (M)	25 SPRINT	DES. 1*	DES. 2*	SALIDA*	TECNICA*	FONDO*
1	ALEX EMERY	30'3	140	139		160	24	3'90	18"3	5'50	5'3	8'0	42"8/54	9'22" (500)
2	ALBERT PORTER	43'3	149	145		150	25	4'90	17"80	6'50	6'0	10'5	41"8/43	9'14" (500)
3	JORGE SABATER	32'8	149	147		180	23	3'40	16"40	5'30	7'0	7'5	47"=/39	8'15" (500)
4	JUAN GARCIA	41'4	141	141		150	23	4'60	18"90	7'0	8'0	10'5	48"0/67	9'23" (500)
5	MIQUEL CATALÀ	41'9	143	145		150	22	5'0	18"60	5'30	6'0	9'80	43"12/50	9'13" (500)
6	JULIA MARIANO	22'8	130	128		140	26	2'50	19"02	4'80	5'1	6'0	48"01/58	10'44 (500)
7	ESTHER PENALVA	29'1	136	139		150	27	3'10	19"50	6'0	7'5	10'0	46"90/48	10'32"(500)
8	MARTA SANDIN	27'4	130	125		150	24	2'10	20"30	4'80	5'0	7'0	48"13/57	10'35" (500)
9	LLUCH GONZALEZ	25'6	123	126		120	18	2'60	21"20	5'5	7'0	8'0	47"50/70	10'40"(300)
10	AINA GONZALEZ	29'4	124	128		120	16	2'0	24"03	6'0	6'0	7'5	56"50/60	6'50"(300)
11	AINA OLMOS	31'5	127	126		140	22	2'60	22"90	5'3	6'0	6'0	54"9/58	7'50" (300)
12	INES ROSA	40'4	136	137		130	22	2'60	24"30	5'3	6'0	6'3	53"80/7'35	7'25"(300)
13	EMMA FRAGA	28'1	139	132		150	24	2'90	20"20	5'0	5'5	6'0	45"60/60	10'43"(500)
14	MARIA GARCIA	31'1	128	125		120	20	2'10	24"02	5'0	5'0	5'5	57"20/65	7'40" (300)
15	ADRIAN MARQUES	31'4	131	132		150	23	3'40	28"70	5'20	5'0	5'5	1'02"0/50	7'50"(300)
16	LUCIA ZUBIRI	19'7	120	118		140	17	2'0	25"50	5'0	4'8	5'0	52"80/58	9'25" (300)
17	INES MARIANO	22'1	126	124		120	16	1'90	30"24	4'5	5'5	5'5	1'07"0/59	9'05" (300)
18	LIONA CONTESTI	22'6	129	129		150	17	2'10	28"20	4'5	5'0	4'8	1'01"/63	7'40" (300)
19														
20														
	MEDIDAS-	EN KG	EN CM	EN CM	REP	CM	CM	METROS	SG	METROS	METROS	METROS	SGXBRZ	EN MIN.
*	NUMERO DE FLEXIONES EN 30"//FLEXIONES CON PALMADA// DOMINADAS													
*	DES.1: DESLIZAMIENTO VENTRAL CON SALIDA DE PARED													
*	DES.2: DESLIZAMIENTO DORSAL CON SALIDA DE PARED													
*	SALIDA: DESLIZAMIENTO CON SALIDA													
*	TECNICA: 50 MTS CROL MAX. VELOCIDAD CON RECUENTO TOTAL DE BRAZADAS													
*	FONDO: DISTANCIA ENTRE 500 Y 1500 MTS CON NADO EFICIENTE MAXIMO Y FRECUENCIA DE BRAZADAS.													