

Coupe de France des régions 2012

Comité Midi-Pyrénées de Natation



METZ

Du 16 au 20 mai 2012



Présentation

La XVIIème coupe des régions – Trophée Jean-Pommat s'est déroulée les vendredi 18 et samedi 19 mai 2012 à Metz.

Il s'agit d'une compétition de référence nationale, s'adressant aux catégories minimes et cadets.



Transport/hébergement

Le transport vers Metz s'est effectué en bus au départ de l'hôtel 1^{ère} classe de l'Union ou une partie de la sélection avait passé la nuit. En effet, les nageurs licenciés dans les clubs des départements les plus éloignés du lieu de départ avaient fait étape à Toulouse.

A Metz, la sélection était logée dans un hôtel à environ 10 minutes de la piscine. Les repas ont été pris à l'hôtel dans une salle séparée. Nous avons pu nous y réunir chaque fois que cela a été nécessaire.

Planning

| | |
|-----------------------|---|
| Mercredi 17/05 | 8h-20h30 : Voyage Toulouse/Metz en bus 21h : Repas |
| Jeudi 18/05 | 8h30 : Réveil musculaire 9h00 : Petit déjeuner 9h30 : Réunion de la délégation / remise équipement 10h : Ballade centre Pompidou 12h : Repas + temps calme 14h30 Départ pour l'entraînement 19h15 Repas |
| Vendredi 19/05 | 6h10 : Réveil musculaire 06h30 : Petit déjeuner 7h30-12h : Compétition 12h30 : Repas + repos 14h30-19h15 : Compétition 19h45 : Repas |
| Samedi 20/05 | 06h30 : Petit déjeuner 7h30-11h : Compétition 11h45 : Repas + repos 14h30-17h : Compétition 19h15 : Repas |
| Dimanche 21/05 | 7h-19h30 : Voyage Metz/Toulouse en bus |

Composition de la sélection

| NOM Prénom | CLUB |
|------------------------|-----------------------|
| AUBAN Sarah | AVENIR MURET NATATION |
| BORTUZZO Lola | SO MILLAU NATATION |
| BREFUEL Simon | GRAND RODEZ NATATION |
| BRUNEL Marion | DAUPHINS TOEC |
| COIFFARD Adrien | DAUPHINS TOEC |
| COIFFARD Florian | DAUPHINS TOEC |
| CROS Mathilde | CN MAZAMET AUSSILLON |
| DATTLER Lucie | DAUPHINS TOEC |
| DAWS Christopher | DAUPHINS TOEC |
| DENCAUSSE Jean | EPSTN |
| DRHOUI Nicolas | DAUPHINS TOEC |
| GALLEGO Solène | DAUPHINS TOEC |
| JACOLIN Aurore | DAUPHINS TOEC |
| JANY Benjamin | DAUPHINS TOEC |
| JOUVE Lise | MONTAUBAN NATATION 82 |
| LASSAUVETAT Lise | SO MILLAU NATATION |
| MOVAHED Kyumars | DAUPHINS TOEC |
| NORMAND Lisa | DAUPHINS TOEC |
| PERNOT Yann | ASPTT GRAND TOULOUSE |
| PHILIPPE Florian | ASPTT GRAND TOULOUSE |
| PODIO Guillaume | MONTAUBAN NATATION 82 |
| RIALLAND Marion | AVENIR MURET NATATION |
| ROUQUIE Laura | US COLOMIERS NATATION |
| ROYO Jean | GRAND RODEZ NATATION |
| SUDDARDS Hollie | TNC |
| TURGAL Valentin | EPSTN |
| VAN ANDRINGA Charlotte | DAUPHINS TOEC |
| WELSTEAD Calum | CN MAZAMET AUSSILLON |
| Encadrement | |
| VILLE Julien | Chef de délégation |
| BENACQUISTA Cédric | CTF |
| AIME Gregory | Entraîneur |
| DUPUY Marjorie | Entraîneur |
| MIELVAQUE Julie | Entraîneur |
| SUDRE Sébastien | Entraîneur |

Compétition

Séances d'entraînement

Jeudi 17/05 (minimes)

1000 4N par 250 (100 CR / 75 BR / 50 DOS / 25 PAP) – 1.NC ; 2.Educ ; 3.JBS ; 4.NC

300 CR (2x150 Pull petite plaquette)

4x50 4N plaquette [z3]

3x100 CR pull plaquette [z2]

4x50 SPE NC plaquette [z3]

8x50 CR/SPE – 1.25jbs exo/25jbs ; 2.25 accel / 25sple ; 3.25 coulée/25éduc ; 4.15vite/20sple/15vite

2x500 (200 CR [z2] / 200 (25 4N/25 SPE / 100 jbs SPE)

* pour les nageurs de 50 et 100 :

8x50 CR/SPE dép pl 1.15m coulée/20 souple/15m vite arrivée ; 2. 25vite/25 souple

* pour les nageurs de 200 et 400nl: 12 x 50

4.(25 acc de 1 à 4 - 25 récup)

2. 25 vite / 25 récup

4. acc de 1 à 4

2. zone5 allure 200m

400 JBS zoomer

Travail de prises de relais

Total : 4200 à 4400

Jeudi 17/05 (cadets)

400 CR / DOS

3x (50 godille / 50 flèche / 100 4N)

4x (50 exo / 25 sprint / 75 souple) 1 CR / 1 SPE

6 x 300 R=20"

2 en Pull plaquettes CR (100 mini cycle / 50 progressif)

1 en pull ou plaquette SPE (50 mini cycle / 25 sprint)

Jbs Palmes: par 100m : costal, dorsal, ventral, apnée / souple

16 x 50

8) Cr D=1': 1 mini cycle et 1 allure

8) spé D= 1'15: idem

200 recup

Total : 4800

Classement des équipes

| Classement | Rang |
|---------------------|------------------------|
| Dames : Minimes | 3 ^{eme} |
| Dames : Cadettes | 6 ^{eme} |
| Messieurs : Minimes | 2 ^{eme} |
| Messieurs : Cadets | 1 ^{er} |
| Général | 3^{eme} |



| NOM : JOUVE | | Prénom : Lise | | Epreuve : 50 Nage Libre | | | | | | |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------------------|-----------------|--------------|-------------------|----------------|----------------|----------------|
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:12,71 | 00:12,71 | | | 53,0 | | | 44,44% |
| Metz | Série | 50 m | 00:28,60 | 00:15,89 | 1,75 | 43 | 50,0 | 1,95 | 3,42 | 55,56% |
| 50m | 7ème | | MOYENNE | 00:14,30 | 1,75 | 43,00 | 51,5 | 1,95 | 3,42 | 100,00% |
| NOM : PODIO | | Prénom : Guillaume | | Epreuve : 50 Nage Libre | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:11,95 | 00:11,95 | | | 57,5 | | | 45,59% |
| Metz | Série | 50 m | 00:26,21 | 00:14,26 | 1,91 | 45 | 56,0 | 1,87 | 3,56 | 54,41% |
| 50m | 9ème | | MOYENNE | 00:13,10 | 1,91 | 45,00 | 56,8 | 1,87 | 3,56 | 100,00% |
| NOM : LASSAUVETAT | | Prénom : Lise | | Epreuve : 50 Brasse | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:15,98 | 00:15,98 | | | 55,5 | | | 43,78% |
| Metz | Série | 50 m | 00:36,50 | 00:20,52 | 1,37 | 26 | 49,5 | 1,62 | 2,21 | 56,22% |
| 50m | 6ème | | MOYENNE | 00:18,25 | 1,37 | 26,00 | 52,5 | 1,62 | 2,21 | 100,00% |
| NOM : DENCAUSSE | | Prénom : Jean | | Epreuve : 50 Brasse | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:14,03 | 00:14,03 | | | 44,5 | | | 43,76% |
| Metz | Série | 50 m | 00:32,06 | 00:18,03 | 1,56 | 21 | 48,0 | 2,00 | 3,12 | 56,24% |
| 50m | 2ème | | MOYENNE | 00:16,03 | 1,56 | 21,00 | 46,3 | 2,00 | 3,12 | 100,00% |
| NOM : DATTLER | | Prénom : Lucie | | Epreuve : 50 Papillon | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/04/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:00,00 | 00:00,00 | | | 60,0 | | | 0,00% |
| Metz | Série | 50 m | 00:29,36 | 00:29,36 | 1,70 | 24 | 57,0 | 1,75 | 2,98 | 100,00% |
| 50m | 4ème | | MOYENNE | 00:14,68 | 1,70 | 24,00 | 58,5 | 1,75 | 2,98 | 100,00% |
| NOM : WELSTEAD | | Prénom : Calum | | Epreuve : 50 Papillon | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/04/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:00,00 | 00:00,00 | | | 59,0 | | | #DIV/0! |
| Metz | Série | 50 m | 00:00,00 | 00:00,00 | #DIV/0! | 22 | 56,0 | 1,91 | #DIV/0! | #DIV/0! |
| 50m | 9ème | | MOYENNE | 00:00,00 | #DIV/0! | 22,00 | 57,5 | 1,91 | #DIV/0! | #DIV/0! |
| NOM : JACOLIN | | Prénom : Aurore | | Epreuve : 50 Dos | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:14,28 | 00:14,28 | | | 49,0 | | | 44,85% |
| Metz | Série | 50 m | 00:31,84 | 00:17,56 | 1,57 | 42 | 45,5 | 2,00 | 3,14 | 55,15% |
| 50m | 5ème | | MOYENNE | 00:15,92 | 1,57 | 42,00 | 47,3 | 2,00 | 3,14 | 100,00% |
| NOM : TURGAL | | Prénom : Valentin | | Epreuve : 50 Dos | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 25 m | 00:13,45 | 00:13,45 | | | 50,5 | | | 45,80% |
| Metz | Série | 50 m | 00:29,37 | 00:15,92 | 1,70 | 38 | 47,0 | 2,21 | 3,76 | 54,20% |
| 50m | 2ème | | MOYENNE | 00:14,69 | 1,70 | 38,00 | 48,8 | 2,21 | 3,76 | 100,00% |
| Nom : VAN ANDRINGA | | Prénom : Charlotte | | Epreuve : 100 Papillon | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:32,03 | 00:32,03 | 1,56 | 19 | 44,0 | 2,37 | 3,70 | 46,93% |
| Metz | Série | 100 m | 01:08,25 | 00:36,22 | 1,38 | 22 | 40,5 | 2,05 | 2,82 | 53,07% |
| 50m | 10ème | | MOYENNE | 00:34,12 | 1,47 | 20,50 | 42,3 | 2,21 | 3,26 | 100,00% |
| Nom : JANY | | Prénom : Benjamin | | Epreuve : 100 Papillon | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:27,11 | 00:27,11 | 1,84 | 22 | 58,0 | 2,05 | 3,77 | 46,38% |
| Metz | Série | 100 m | 00:58,45 | 00:31,34 | 1,60 | 26 | 58,0 | 1,73 | 2,76 | 53,62% |
| 50m | 1er | | MOYENNE | 00:29,23 | 1,72 | 24,00 | 58,0 | 1,89 | 3,27 | 100,00% |
| Nom : VAN ANDRINGA | | Prénom : Charlotte | | Epreuve : 100 Dos | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:31,11 | 00:31,11 | 1,61 | 37 | 41,0 | 2,27 | 3,65 | 45,47% |
| Metz | Série | 100 m | 01:08,42 | 00:37,31 | 1,34 | 42 | 38,5 | 2,14 | 2,87 | 54,53% |
| 50m | 10ème | | MOYENNE | 00:34,21 | 1,47 | 39,50 | 39,8 | 2,21 | 3,26 | 100,00% |
| Nom : ROYO | | Prénom : Jean | | Epreuve : 100 Dos | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:29,51 | 00:29,51 | 1,69 | 31 | 40,5 | 2,71 | 4,59 | 49,30% |
| Metz | Série | 100 m | 00:59,86 | 00:30,35 | 1,65 | 33 | 42,0 | 2,73 | 4,49 | 50,70% |
| 50m | 1er | | MOYENNE | 00:29,93 | 1,67 | 32,00 | 41,3 | 2,72 | 4,54 | 100,00% |
| Nom : SUDDARDS | | Prénom : Hollie | | Epreuve : 100 Dos remplaçants | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:33,34 | 00:33,34 | 1,50 | 37 | 43,5 | 2,27 | 3,40 | 48,79% |
| Metz | Série | 100 m | 01:08,34 | 00:35,00 | 1,43 | 49 | 45,0 | 1,84 | 2,62 | 51,21% |
| 50m | | | MOYENNE | 00:34,17 | 1,46 | 43,00 | 44,3 | 2,05 | 3,01 | 100,00% |
| Nom : PERNOT | | Prénom : Yann | | Epreuve : 100 Dos remplaçants | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:30,80 | 00:30,80 | 1,62 | 37 | 49,5 | 2,27 | 3,69 | 48,57% |
| Metz | Série | 100 m | 01:03,41 | 00:32,61 | 1,53 | 40 | 43,5 | 2,25 | 3,45 | 51,43% |
| 50m | | | MOYENNE | 00:31,70 | 1,58 | 38,50 | 46,5 | 2,26 | 3,57 | 100,00% |
| Nom : GALLEGO | | Prénom : Solène | | Epreuve : 100 Brasse | | | | | | |

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
|--------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|----------------|
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:34,88 | 00:34,88 | 1,43 | 22 | 44,5 | 2,05 | 2,93 | 47,04% |
| Metz | Série | 100 m | 01:14,15 | 00:39,27 | 1,27 | 25 | 44,5 | 1,80 | 2,29 | 52,96% |
| 50m | 2ème | | MOYENNE | 00:37,07 | 1,35 | 23,50 | 44,5 | 1,92 | 2,61 | 100,00% |

Nom : DRHOVIN Prénom : Nicolas Epreuve : 100 Brasse

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
|--------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|----------------|
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:31,68 | 00:31,68 | 1,58 | 17 | 43,5 | 2,65 | 4,18 | 47,57% |
| Metz | Série | 100 m | 01:06,59 | 00:34,91 | 1,43 | 21 | 45,0 | 2,14 | 3,07 | 52,43% |
| 50m | 2ème | | MOYENNE | 00:33,29 | 1,51 | 19,00 | 44,3 | 2,39 | 3,62 | 100,00% |

Nom : PHILIPPE Prénom : Florian Epreuve : 100 Brasse remplaçants

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
|--------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|----------------|
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:35,20 | 00:35,20 | 1,42 | 23 | 44,5 | 1,96 | 2,78 | 47,42% |
| Metz | Série | 100 m | 01:14,23 | 00:39,03 | 1,28 | 25 | 42,0 | 1,80 | 2,31 | 52,58% |
| 50m | | | MOYENNE | 00:37,12 | 1,35 | 24,00 | 43,3 | 1,88 | 2,54 | 100,00% |

| Nom : NORMAND Prénom : Lisa Epreuve : 100 Nage Libre | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|----------|--------------------|-----------------|-----------------|--------------|-------------------|----------------|-------------|----------------|
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:29,01 | 00:29,01 | 1,72 | 38 | 48,0 | 2,21 | 3,81 | 47,96% |
| Metz | Série | 100 m | 01:00,49 | 00:31,48 | 1,59 | 42 | 41,5 | 2,14 | 3,40 | 52,04% |
| 50m | 6ème | | MOYENNE | 00:30,25 | 1,66 | 40,00 | 44,8 | 2,18 | 3,61 | 100,00% |
| Nom : COIFFARD Prénom : Florian Epreuve : 100 Nage Libre | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:25,96 | 00:25,96 | 1,93 | 32 | 45,5 | 2,63 | 5,06 | 48,89% |
| Metz | Série | 100 m | 00:53,10 | 00:27,14 | 1,84 | 42 | 49,5 | 2,14 | 3,95 | 51,11% |
| 50m | 2ème | | MOYENNE | 00:26,55 | 1,88 | 37,00 | 47,5 | 2,38 | 4,50 | 100,00% |
| NOM : SUDDARDS Prénom : Hollie Epreuve : 100 Nage Libre Remplaçants | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:30,86 | 00:30,86 | 1,62 | 37 | 45,1 | 2,27 | 3,68 | 47,96% |
| Metz | Série | 100 m | 01:04,35 | 00:33,49 | 1,49 | 44 | 46,5 | 2,05 | 3,05 | 52,04% |
| 50m | | | MOYENNE | 00:32,18 | 1,56 | 40,50 | 45,8 | 2,16 | 3,37 | 100,00% |
| NOM : CROS Prénom : Mathilde Epreuve : 100 Nage Libre Remplaçants | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:32,51 | 00:32,51 | 1,54 | 46 | 57,5 | 1,83 | 2,81 | 49,79% |
| Metz | Série | 100 m | 01:05,30 | 00:32,79 | 1,52 | 46 | 47,5 | 1,96 | 2,98 | 50,21% |
| 50m | | | MOYENNE | 00:32,65 | 1,53 | 46,00 | 52,5 | 1,89 | 2,90 | 100,00% |
| NOM : PERNOT Prénom : Yann Epreuve : 100 Nage Libre Remplaçants | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:27,17 | 00:27,17 | 1,84 | 38 | 51,5 | 2,21 | 4,07 | 48,69% |
| Metz | Série | 100 m | 00:55,80 | 00:28,63 | 1,75 | 44 | 48,5 | 2,05 | 3,57 | 51,31% |
| 50m | | | MOYENNE | 00:27,90 | 1,79 | 41,00 | 50,0 | 2,13 | 3,82 | 100,00% |
| NOM : BORTUZZO Prénom : Lola Epreuve : 200 Nage Libre | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:31,66 | 00:31,66 | 1,58 | 49 | 54,0 | 1,71 | 2,71 | 23,93% |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 01:05,51 | 00:33,85 | 1,48 | 54 | 52,0 | 1,67 | 2,46 | 25,58% |
| 50m | 3ème | 150 m | 01:39,96 | 00:34,45 | 1,45 | 56 | 53,0 | 1,61 | 2,33 | 26,04% |
| | | 200 m | 02:12,31 | 00:32,35 | 1,55 | 48 | 47,0 | 1,88 | 2,90 | 24,45% |
| | | | MOYENNE | 00:33,08 | 1,51 | 51,75 | 51,5 | 1,72 | 2,60 | 100,00% |
| NOM : DAWS Prénom : Christopher Epreuve : 200 Nage Libre | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:28,05 | 00:28,05 | 1,78 | 32 | 41,0 | 2,81 | 5,01 | 23,72% |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 00:58,45 | 00:30,40 | 1,64 | 36 | 39,5 | 2,50 | 4,11 | 25,71% |
| 50m | 1er | 150 m | 01:28,68 | 00:30,23 | 1,65 | 36 | 40,5 | 2,50 | 4,13 | 25,56% |
| | | 200 m | 01:58,25 | 00:29,57 | 1,69 | 39 | 42,0 | 2,31 | 3,90 | 25,01% |
| | | | MOYENNE | 00:29,56 | 1,69 | 35,75 | 40,8 | 2,53 | 4,29 | 100,00% |
| NOM : ROUQUIE Prénom : Laura Epreuve : 200 4 Nages | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:32,19 | 00:32,19 | 1,55 | 24 | 51,50 | 1,75 | 2,72 | 20,63% |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 01:12,56 | 00:40,37 | 1,24 | 41 | 33,50 | 2,20 | 2,72 | 25,87% |
| 50m | 13ème | 150 m | 02:00,24 | 00:47,68 | 1,05 | 26 | 35,50 | 1,73 | 1,81 | 30,55% |
| | | 200 m | 02:36,06 | 00:35,82 | 1,40 | 47 | 43,00 | 1,91 | 2,67 | 22,95% |
| | | | MOYENNE | 00:39,01 | 1,31 | 34,50 | 40,88 | 1,90 | 2,48 | 100,00% |

| NOM : COIFFARD Prénom : Adrien Epreuve : 200 4 Nages | | | | | | | | | | |
|---|-----------------------------------|----------|--------------------|-------------|-----------------|--------------|-------------------|----------------|----------------|----------|
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 2ème | 50 m | 00:29,44 | 00:29,44 | 1,70 | 20 | 49,00 | 2,10 | 3,57 | 22,15% |
| | | 100 m | 01:05,25 | 00:35,81 | 1,40 | 40 | 38,00 | 2,25 | 3,14 | 26,94% |
| | | 150 m | 01:43,34 | 00:38,09 | 1,31 | 21 | 38,50 | 2,14 | 2,81 | 28,66% |
| | | 200 m | 02:12,91 | 00:29,57 | 1,69 | 41 | 46,00 | 2,20 | 3,71 | 22,25% |
| MOYENNE | | | 00:33,23 | 1,52 | 30,50 | 42,88 | 2,17 | 3,31 | 100,00% | |
| NOM : JACOLIN Prénom : Aurore Epreuve : 200 Dos | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 1ère | 50 m | 00:34,27 | 00:34,27 | 1,46 | 37 | 37,5 | 2,27 | 3,31 | 23,58% |
| | | 100 m | 01:10,60 | 00:36,33 | 1,38 | 40 | 35,5 | 2,25 | 3,10 | 25,00% |
| | | 150 m | 01:48,75 | 00:38,15 | 1,31 | 42 | 34,5 | 2,14 | 2,81 | 26,25% |
| | | 200 m | 02:25,32 | 00:36,57 | 1,37 | 42 | 36,0 | 2,14 | 2,93 | 25,17% |
| MOYENNE | | | 00:36,33 | 1,38 | 40,25 | 35,9 | 2,20 | 3,04 | 100,00% | |
| NOM : BREFUEL Prénom : Simon Epreuve : 200 Dos | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 10ème | 50 m | 00:33,85 | 00:33,85 | 1,48 | 34 | 34,5 | 2,47 | 3,65 | 23,79% |
| | | 100 m | 01:09,23 | 00:35,38 | 1,41 | 37 | 34,5 | 2,43 | 3,44 | 24,86% |
| | | 150 m | 01:45,71 | 00:36,48 | 1,37 | 38 | 34,0 | 2,37 | 3,25 | 25,64% |
| | | 200 m | 02:22,29 | 00:36,58 | 1,37 | 39 | 34,0 | 2,31 | 3,15 | 25,71% |
| MOYENNE | | | 00:35,57 | 1,41 | 37,00 | 34,3 | 2,39 | 3,37 | 100,00% | |
| NOM : RIALLAND Prénom : Marion Epreuve : 200 Papillon | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 4ème | 50 m | 00:33,57 | 00:33,57 | 1,49 | 28 | 54,5 | 1,50 | 2,23 | 23,08% |
| | | 100 m | 01:10,71 | 00:37,14 | 1,35 | 32 | 56,0 | 1,41 | 1,89 | 25,53% |
| | | 150 m | 01:48,07 | 00:37,36 | 1,34 | 34 | 57,0 | 1,32 | 1,77 | 25,68% |
| | | 200 m | 02:25,46 | 00:37,39 | 1,34 | 36 | 57,5 | 1,25 | 1,67 | 25,70% |
| MOYENNE | | | 00:36,37 | 1,38 | 32,50 | 56,3 | 1,37 | 1,89 | 100,00% | |
| NOM : MOVAHED Prénom : Kyumars Epreuve : 200 Papillon | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 2ème | 50 m | 00:30,16 | 00:30,16 | 1,66 | 23 | 51,5 | 1,83 | 3,03 | 22,09% |
| | | 100 m | 01:04,69 | 00:34,53 | 1,45 | 28 | 51,5 | 1,61 | 2,33 | 25,29% |
| | | 150 m | 01:40,15 | 00:35,46 | 1,41 | 30 | 52,0 | 1,50 | 2,12 | 25,97% |
| | | 200 m | 02:16,53 | 00:36,38 | 1,37 | 30 | 53,5 | 1,50 | 2,06 | 26,65% |
| MOYENNE | | | 00:34,13 | 1,47 | 27,75 | 52,1 | 1,61 | 2,38 | 100,00% | |
| NOM : AUBAN Prénom : Sarah Epreuve : 200 Brasse | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 13ème | 50 m | 00:37,81 | 00:37,81 | 1,32 | 25 | 44,5 | 1,68 | 2,22 | 21,72% |
| | | 100 m | 01:21,12 | 00:43,31 | 1,15 | 28 | 42,3 | 1,61 | 1,86 | 24,88% |
| | | 150 m | 02:07,67 | 00:46,55 | 1,07 | 31 | 43,2 | 1,45 | 1,56 | 26,75% |
| | | 200 m | 02:54,05 | 00:46,38 | 1,08 | 33 | 45,6 | 1,36 | 1,47 | 26,65% |
| MOYENNE | | | 00:43,51 | 1,16 | 29,25 | 43,9 | 1,53 | 1,78 | 100,00% | |
| NOM : DENCAUSSE Prénom : Jean Epreuve : 200 Brasse | | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps / 50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course |
| 19/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 6ème | 50 m | 00:34,93 | 00:34,93 | 1,43 | 17 | 34,0 | 2,47 | 3,54 | 22,71% |
| | | 100 m | 01:13,46 | 00:38,53 | 1,30 | 19 | 35,5 | 2,37 | 3,07 | 25,05% |
| | | 150 m | 01:52,83 | 00:39,37 | 1,27 | 23 | 40,0 | 1,96 | 2,48 | 25,60% |
| | | 200 m | 02:33,79 | 00:40,96 | 1,22 | 24 | 40,5 | 1,88 | 2,29 | 26,63% |
| MOYENNE | | | 00:38,45 | 1,30 | 20,75 | 37,5 | 2,17 | 2,85 | 100,00% | |

| NOM : BORTUZZO Prénom : Lola Epreuve : 400 Nage Libre | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--------------------|----------|-----------------|-------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|----------------|
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course | |
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 5ème | 50 m | 00:32,31 | 00:32,31 | 1,55 | 45 | 49,5 | 1,87 | 2,89 | | |
| | | 100 m | 01:07,10 | 00:34,79 | 1,44 | 52 | 48,0 | 1,73 | 2,49 | 24,30% | |
| | | 150 m | 01:42,43 | 00:35,33 | 1,42 | 52 | 47,5 | 1,73 | 2,45 | | |
| | | 200 m | 02:17,90 | 00:35,47 | 1,41 | 53 | 49,5 | 1,70 | 2,39 | 25,64% | |
| | | 250 m | 02:53,64 | 00:35,74 | 1,40 | 53 | 47,5 | 1,70 | 2,38 | | |
| | | 300 m | 03:29,02 | 00:35,38 | 1,41 | 53 | 49,5 | 1,70 | 2,40 | 25,75% | |
| | | 350 m | 04:04,48 | 00:35,46 | 1,41 | 53 | 47,5 | 1,70 | 2,39 | | |
| | | 400 m | 04:36,17 | 00:31,69 | 1,58 | 48 | 46,5 | 1,88 | 2,96 | 24,31% | |
| | | MOYENNE | | | 00:34,84 | 1,45 | 52,00 | 48,0 | 1,75 | 2,54 | 100,00% |
| | | NOM : DAWS Prénom : Christopher Epreuve : 400 Nage Libre | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course | |
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 2ème | 50 m | 00:29,05 | 00:29,05 | 1,72 | 30 | 37,5 | 2,80 | 4,82 | | |
| | | 100 m | 01:01,20 | 00:32,15 | 1,56 | 34 | 34,5 | 2,65 | 4,12 | 24,17% | |
| | | 150 m | 01:33,78 | 00:32,58 | 1,53 | 34 | 35,0 | 2,65 | 4,06 | | |
| | | 200 m | 02:06,78 | 00:33,00 | 1,52 | 34 | 33,5 | 2,65 | 4,01 | 25,90% | |
| | | 250 m | 02:39,03 | 00:32,25 | 1,55 | 39 | 35,5 | 2,31 | 3,58 | | |
| | | 300 m | 03:11,70 | 00:32,67 | 1,53 | 35 | 36,0 | 2,57 | 3,94 | 25,64% | |
| | | 350 m | 03:43,13 | 00:31,43 | 1,59 | 36 | 38,0 | 2,50 | 3,98 | | |
| | | 400 m | 04:13,18 | 00:30,05 | 1,66 | 37 | 39,0 | 2,43 | 4,05 | 24,28% | |
| | | MOYENNE | | | 00:32,02 | 1,58 | 35,57 | 35,9 | 2,57 | 4,07 | 100,00% |
| | | NOM : BRUNEL Prénom : Marion Epreuve : 400 4 Nages | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course | |
| 19/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 7ème | 50 m | 00:32,71 | 00:32,71 | 1,53 | 22 | 46,0 | 1,91 | 2,92 | | |
| | | 100 m | 01:10,57 | 00:37,86 | 1,32 | 24 | 42,0 | 1,88 | 2,48 | 22,48% | |
| | | 150 m | 01:53,79 | 00:43,22 | 1,16 | 38 | 29,5 | 2,37 | 2,74 | | |
| | | 200 m | 02:34,28 | 00:40,49 | 1,23 | 43 | 29,5 | 2,09 | 2,58 | 26,67% | |
| | | 250 m | 03:19,15 | 00:44,87 | 1,11 | 23 | 33,5 | 1,96 | 2,18 | | |
| | | 300 m | 04:04,20 | 00:45,05 | 1,11 | 24 | 33,5 | 1,88 | 2,08 | 28,65% | |
| | | 350 m | 04:40,32 | 00:36,12 | 1,38 | 39 | 36,5 | 2,31 | 3,19 | | |
| | | 400 m | 05:13,86 | 00:33,54 | 1,49 | 40 | 37,5 | 2,25 | 3,35 | 22,19% | |
| | | MOYENNE | | | 00:40,16 | 1,29 | 33,00 | 34,6 | 2,08 | 2,69 | 100,00% |
| | | NOM : JANY Prénom : Benjamin Epreuve : 400 4 Nages | | | | | | | | | |
| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | % Course | |
| 19/05/2012 Metz 50m | CF des Régions Série/Finale 2ème | 50 m | 00:27,70 | 00:27,70 | 1,81 | 21 | 56,0 | 2,00 | 3,61 | | |
| | | 100 m | 00:59,84 | 00:32,14 | 1,56 | 24 | 52,0 | 1,88 | 2,92 | 21,31% | |
| | | 150 m | 01:37,05 | 00:37,21 | 1,34 | 34 | 31,0 | 2,65 | 3,56 | | |
| | | 200 m | 02:13,75 | 00:36,70 | 1,36 | 35 | 30,0 | 2,57 | 3,50 | 26,32% | |
| | | 250 m | 02:54,71 | 00:40,96 | 1,22 | 20 | 33,0 | 2,25 | 2,75 | | |
| | | 300 m | 03:36,01 | 00:41,30 | 1,21 | 20 | 33,0 | 2,25 | 2,72 | 29,29% | |
| | | 350 m | 04:09,05 | 00:33,04 | 1,51 | 38 | 39,5 | 2,37 | 3,58 | | |
| | | 400 m | 04:40,83 | 00:31,78 | 1,57 | 38 | 40,5 | 2,37 | 3,73 | 23,08% | |
| | | MOYENNE | | | 00:36,16 | 1,45 | 29,86 | 37,0 | 2,29 | 3,30 | 100,00% |

4x200 NL Dames

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | TPS 200m |
|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------|-------------|--------------------|-------------|----------------------|-------------------|--------|--|
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions | 50 m | 00:29,90 | 00:29,90 | 1,67 | 38 | 45,0 | 2,21 | 3,70 | 02:07,73 02:16,23 02:12,99 02:11,08 |
| | | 100 m | 01:02,00 | 00:32,10 | 1,56 | 42 | 41,5 | 2,14 | 3,34 | |
| | Série/Finale | 150 m | 01:35,32 | 00:33,32 | 1,50 | 43 | 40,0 | 2,09 | 3,14 | |
| | | 200 m | 02:07,73 | 00:32,41 | 1,54 | 43 | 40,5 | 2,09 | 3,23 | |
| | 5ème | 250 m | 02:38,18 | 00:30,45 | 1,64 | 34 | 40,0 | 2,47 | 4,06 | |
| | | 300 m | 03:12,96 | 00:34,78 | 1,44 | 40 | 37,0 | 2,25 | 3,23 | |
| | Charlotte Van Andringa | 350 m | 03:48,33 | 00:35,37 | 1,41 | 40 | 36,0 | 2,25 | 3,18 | |
| | | 400 m | 04:23,96 | 00:35,63 | 1,40 | 41 | 36,0 | 2,20 | 3,08 | |
| | Solène Gallego | 450 m | 04:53,62 | 00:29,66 | 1,69 | 38 | 43,0 | 2,21 | 3,73 | |
| | Lisa Normand | 500 m | 05:27,13 | 00:33,51 | 1,49 | 40 | 39,0 | 2,25 | 3,36 | |
| | Marion Brunel | 550 m | 06:01,72 | 00:34,59 | 1,45 | 40 | 36,0 | 2,25 | 3,25 | |
| | | 600 m | 06:36,95 | 00:35,23 | 1,42 | 41 | 36,0 | 2,20 | 3,12 | |
| | 650 m | 07:08,01 | 00:31,06 | 1,61 | 37 | 40,0 | 2,27 | 3,65 | | |
| | 700 m | 07:41,34 | 00:33,33 | 1,50 | 40 | 38,0 | 2,25 | 3,38 | | |
| | 750 m | 08:15,07 | 00:33,73 | 1,48 | 40 | 38,0 | 2,25 | 3,34 | | |
| | 800 m | 08:48,03 | 00:32,96 | 1,52 | 40 | 38,0 | 2,25 | 3,41 | | |
| MOYENNE | | | 00:33,21 | 1,52 | 39,93 | 38,6 | 2,23 | 3,39 | | |

4x200 NL Messieurs

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | TPS 200m |
|---------------------------|-----------------------|----------|-----------------------|-------------|--------------------|-------------|----------------------|-------------------|--------|--|
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions | 50 m | 00:27,62 | 00:27,62 | 1,81 | 34 | 43,0 | 2,47 | 4,47 | 01:57,89 02:05,69 02:04,17 01:53,92 |
| | | 100 m | 00:56,51 | 00:28,89 | 1,73 | 39 | 42,5 | 2,31 | 3,99 | |
| | Série/Finale | 150 m | 01:27,31 | 00:30,80 | 1,62 | 40 | 41,5 | 2,25 | 3,65 | |
| | | 200 m | 01:57,89 | 00:30,58 | 1,64 | 41 | 43,5 | 2,20 | 3,59 | |
| | 5ème | 250 m | 02:27,72 | 00:29,83 | 1,68 | 32 | 38,5 | 2,63 | 4,40 | |
| | | 300 m | 02:59,47 | 00:31,75 | 1,57 | 39 | 38,5 | 2,31 | 3,63 | |
| | Benjmain Jany | 350 m | 03:32,21 | 00:32,74 | 1,53 | 40 | 39,0 | 2,25 | 3,44 | |
| | | 400 m | 04:03,58 | 00:31,37 | 1,59 | 41 | 39,5 | 2,20 | 3,50 | |
| | Nicolas Drhouin | 450 m | 04:31,76 | 00:28,18 | 1,77 | 33 | 40,5 | 2,55 | 4,52 | |
| | Jean Royo | 500 m | 05:03,02 | 00:31,26 | 1,60 | 35 | 37,0 | 2,57 | 4,11 | |
| | Florian Coiffard | 550 m | 05:35,37 | 00:32,35 | 1,55 | 38 | 37,0 | 2,37 | 3,66 | |
| | | 600 m | 06:07,75 | 00:32,38 | 1,54 | 39 | 37,5 | 2,31 | 3,56 | |
| | 650 m | 06:33,98 | 00:26,23 | 1,91 | 33 | 43,5 | 2,55 | 4,85 | | |
| | 700 m | 07:02,78 | 00:28,80 | 1,74 | 36 | 39,5 | 2,50 | 4,34 | | |
| | 750 m | 07:32,47 | 00:29,69 | 1,68 | 39 | 41,0 | 2,31 | 3,89 | | |
| | 800 m | 08:01,67 | 00:29,20 | 1,71 | 43 | 46,5 | 2,09 | 3,58 | | |
| MOYENNE | | | 00:30,27 | 1,67 | 37,87 | 40,4 | 2,37 | 3,95 | | |

8x100 NL Dames

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | TPS 100m | |
|---------------------------|-----------------------|------------------|-----------------------|-------------|--------------------|-------------|----------------------|-------------------|--------|----------|----------|
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions | 50 m | 00:28,93 | 00:28,93 | 1,73 | 39 | 47,5 | 2,15 | 3,72 | | |
| | | 100 m | 00:59,76 | 00:30,83 | 1,62 | 42 | 44,0 | 2,14 | 3,48 | 00:59,76 | |
| | Série/Finale 5ème | 150 m | 01:29,80 | 00:30,04 | 1,66 | 42 | 49,5 | 2,00 | 3,33 | | |
| | | 200 m | 02:03,18 | 00:33,38 | 1,50 | 47 | 43,0 | 1,91 | 2,87 | 01:03,42 | |
| | | 250 m | 02:33,42 | 00:30,24 | 1,65 | 43 | 47,5 | 1,95 | 3,23 | | |
| | | Aurore Jacolin | 300 m | 03:05,86 | 00:32,44 | 1,54 | 47 | 45,0 | 1,91 | 2,95 | 01:02,68 |
| | | Lise Jouve | 350 m | 03:37,48 | 00:31,62 | 1,58 | 52 | 57,5 | 1,62 | 2,55 | |
| | | Lise Lassauvetat | 400 m | 04:10,72 | 00:33,24 | 1,50 | 56 | 54,0 | 1,61 | 2,42 | 01:04,86 |
| | | Marion Rialland | 450 m | 04:40,37 | 00:29,65 | 1,69 | 36 | 45,0 | 2,33 | 3,93 | |
| | | Lucie Dattler | 500 m | 05:12,54 | 00:32,17 | 1,55 | 43 | 43,0 | 2,09 | 3,25 | 01:01,82 |
| | | Sara Auban | 550 m | 05:43,29 | 00:30,75 | 1,63 | 60 | 62,0 | 1,40 | 2,28 | |
| | | Laura Rouquie | 600 m | 06:16,43 | 00:33,14 | 1,51 | 62 | 59,5 | 1,45 | 2,19 | 01:03,89 |
| | | Lola Bortuzzo | 650 m | 06:45,67 | 00:29,24 | 1,71 | 43 | 51,0 | 1,95 | 3,34 | |
| | | | 700 m | 07:18,78 | 00:33,11 | 1,51 | 46 | 46,5 | 1,96 | 2,95 | 01:02,35 |
| | | | 750 m | 07:48,50 | 00:29,72 | 1,68 | 44 | 51,5 | 1,91 | 3,21 | |
| 800 m | 08:20,14 | 00:31,64 | 1,58 | 48 | 47,5 | 1,88 | 2,96 | 01:01,36 | | | |
| MOYENNE | | | 00:31,41 | 1,60 | 47,40 | 49,8 | 1,89 | 3,04 | | | |

8x100 NL Messieurs

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | TPS 100m | |
|---------------------------|-----------------------|------------------|-----------------------|-------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|--------|----------|----------|
| 18/05/2012 Metz 50m | CF des Régions | 50 m | 00:27,03 | 00:27,03 | 1,85 | 36 | 46,50 | 2,33 | 4,32 | | |
| | | 100 m | 00:55,46 | 00:28,43 | 1,76 | 44 | 48,00 | 2,05 | 3,60 | 00:55,46 | |
| | Série/Finale 1er | 150 m | 01:22,77 | 00:27,31 | 1,83 | 39 | 51,00 | 2,15 | 3,94 | | |
| | | 200 m | 01:52,33 | 00:29,56 | 1,69 | 44 | 46,00 | 2,05 | 3,46 | 00:56,87 | |
| | | 250 m | 02:19,41 | 00:27,08 | 1,85 | 33 | 42,00 | 2,55 | 4,70 | | |
| | | Adrien Coiffard | 300 m | 02:48,73 | 00:29,32 | 1,71 | 40 | 39,00 | 2,25 | 3,84 | 00:56,40 |
| | | Guillaume Podio | 350 m | 03:17,42 | 00:28,69 | 1,74 | 38 | 49,00 | 2,21 | 3,85 | |
| | | Jean Dencausse | 400 m | 03:48,45 | 00:31,03 | 1,61 | 43 | 45,50 | 2,09 | 3,37 | 00:59,72 |
| | | Simon Brefuel | 450 m | 04:15,63 | 00:27,18 | 1,84 | 42 | 43,00 | 2,00 | 3,68 | |
| | | Valentin Turgal | 500 m | 04:45,01 | 00:29,38 | 1,70 | 38 | 42,00 | 2,37 | 4,03 | 00:56,56 |
| | | Kyumars Movahed | 550 m | 05:13,50 | 00:28,49 | 1,76 | 39 | 50,50 | 2,15 | 3,78 | |
| | | Calum Welstead | 600 m | 05:43,68 | 00:30,18 | 1,66 | 46 | 49,50 | 1,96 | 3,24 | 00:58,67 |
| | | Christopher Daws | 650 m | 06:12,18 | 00:28,50 | 1,75 | 41 | 52,00 | 2,05 | 3,59 | |
| | | | 700 m | 06:42,79 | 00:30,61 | 1,63 | 46 | 46,50 | 1,96 | 3,20 | 00:59,11 |
| | | | 750 m | 07:09,13 | 00:26,34 | 1,90 | 35 | 45,50 | 2,40 | 4,56 | |
| 800 m | 07:36,92 | 00:27,79 | 1,80 | 41 | 45,00 | 2,20 | 3,95 | 00:54,13 | | | |
| MOYENNE | | | 00:28,66 | 1,75 | 40,60 | 46,30 | 2,17 | 3,82 | | | |

4x100 4 nages Dames Minimés

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | Temps 100m |
|--------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|------------|
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:33,15 | 00:33,15 | 1,51 | 38 | 38,0 | 2,21 | 3,33 | |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 01:08,03 | 00:34,88 | 1,43 | 43 | 37,5 | 2,09 | 3,00 | 01:08,03 |
| 50m | 5ème | 150 m | 01:44,45 | 00:36,42 | 1,37 | 24 | 45,5 | 1,75 | 2,40 | |
| | | 200 m | 02:27,06 | 00:42,61 | 1,17 | 29 | 47,0 | 1,55 | 1,82 | 01:19,03 |
| | Aurore Jacolin | 250 m | 02:57,19 | 00:30,13 | 1,66 | 24 | 54,0 | 1,75 | 2,90 | |
| | Lise Lassauvetat | 300 m | 03:32,26 | 00:35,07 | 1,43 | 29 | 55,0 | 1,55 | 2,21 | 01:05,20 |
| | Lucie Dattler | 350 m | 04:01,94 | 00:29,68 | 1,68 | 44 | 49,5 | 1,91 | 3,22 | |
| | Lola Bortuzzo | 400 m | 04:33,07 | 00:31,13 | 1,61 | 49 | 48,5 | 1,84 | 2,95 | 01:00,81 |
| | | | MOYENNE | 00:34,27 | 1,48 | 34,57 | 48,1 | 1,83 | 2,73 | |

4x100 4 nages Cadettes

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | Temps 100m |
|--------------|------------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|------------|
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:34,13 | 00:34,13 | 1,46 | 36 | 40,5 | 2,33 | 3,42 | |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 01:08,80 | 00:34,67 | 1,44 | 42 | 39,0 | 2,14 | 3,09 | 01:08,80 |
| 50m | 5ème | 150 m | 01:43,22 | 00:34,42 | 1,45 | 21 | 43,0 | 2,00 | 2,91 | |
| | | 200 m | 02:22,51 | 00:39,29 | 1,27 | 23 | 41,0 | 1,96 | 2,49 | 01:13,71 |
| | Charlotte Van Andringa | 250 m | 02:53,68 | 00:31,17 | 1,60 | 23 | 50,5 | 1,83 | 2,93 | |
| | Solène Gallego | 300 m | 03:29,56 | 00:35,88 | 1,39 | 25 | 46,5 | 1,80 | 2,51 | 01:07,05 |
| | Marion Brunel | 350 m | 03:58,47 | 00:28,91 | 1,73 | 38 | 48,0 | 2,21 | 3,82 | |
| | Lisa Normand | 400 m | 04:30,02 | 00:31,55 | 1,58 | 42 | 42,0 | 2,14 | 3,40 | 01:00,46 |
| | | | MOYENNE | 00:33,70 | 1,49 | 30,57 | 44,3 | 2,05 | 3,07 | |

4x100 4 nages Messieurs Minimés

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | Temps 100m |
|--------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|------------|
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:30,35 | 00:30,35 | 1,65 | 40 | 50,0 | 2,10 | 3,46 | |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 01:03,16 | 00:32,81 | 1,52 | 46 | 45,0 | 1,96 | 2,98 | 01:03,16 |
| 50m | 3ème | 150 m | 01:36,09 | 00:32,93 | 1,52 | 21 | 47,5 | 2,00 | 3,04 | |
| | | 200 m | 02:14,03 | 00:37,94 | 1,32 | 25 | 45,5 | 1,80 | 2,37 | 01:10,87 |
| | Calum Welstead | 250 m | 02:42,01 | 00:27,98 | 1,79 | 24 | 57,0 | 1,75 | 3,13 | |
| | Jean Dencausse | 300 m | 03:14,32 | 00:32,31 | 1,55 | 28 | 56,0 | 1,61 | 2,49 | 01:00,29 |
| | Kyumars Movahed | 350 m | 03:41,18 | 00:26,86 | 1,86 | 36 | 45,5 | 2,33 | 4,34 | |
| | Christopher Daws | 400 m | 04:08,94 | 00:27,76 | 1,80 | 39 | 45,8 | 2,31 | 4,16 | 00:54,62 |
| | | | MOYENNE | 00:31,23 | 1,63 | 31,29 | 48,9 | 1,98 | 3,25 | |

4x100 4 nages Cadets

| Date Lieu | Série/Finale Place | Distance | Tps cum (mm:ss.00) | Tps/50M | Vitesse (m/sec) | Mvts/50 | Fréquence (cy/mn) | Dist/cycle (m) | I.Nage | Temps 100m |
|--------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------|--------------------|--------------|----------------------|-------------------|-------------|------------|
| 19/05/2012 | CF des Régions | 50 m | 00:29,19 | 00:29,19 | 1,71 | 34 | 43,5 | 2,47 | 4,23 | |
| Metz | Série/Finale | 100 m | 00:59,70 | 00:30,51 | 1,64 | 36 | 41,5 | 2,50 | 4,10 | 00:59,70 |
| 50m | 1er | 150 m | 01:30,93 | 00:31,23 | 1,60 | 18 | 41,5 | 2,33 | 3,74 | |
| | | 200 m | 02:06,22 | 00:35,29 | 1,42 | 21 | 41,5 | 2,14 | 3,04 | 01:06,52 |
| | Jean Royo | 250 m | 02:33,33 | 00:27,11 | 1,84 | 22 | 55,0 | 1,91 | 3,52 | |
| | Nicolas Drhouin | 300 m | 03:04,35 | 00:31,02 | 1,61 | 25 | 52,5 | 1,80 | 2,90 | 00:58,13 |
| | Benjamin Jany | 350 m | 03:29,86 | 00:25,51 | 1,96 | 35 | 50,5 | 2,40 | 4,70 | |
| | Florian Coiffard | 400 m | 03:57,28 | 00:27,42 | 1,82 | 41 | 48,5 | 2,20 | 4,00 | 00:52,93 |
| | | | MOYENNE | 00:29,73 | 1,70 | 28,29 | 47,3 | 2,22 | 3,78 | |