

Test Musculation Force Maximale - Janvier 2018



Femme

	Epaulé		Squat		Tirade		Développé
KOBER Noémie (oct-13)	80*	EL ALLALI Louisa (jan-13)	155*	KOBER Noémie (oct-15)	86*	EL ALLALI Louisa (oct-15)	77,5*

* Performances validées sur les épreuves du chemin de sélection des équipes de France

KOBER Noémie	75	JUILLET Camille	125	KOBER Noémie	80	LEFEBVRE Hélène	70
LEFEBVRE Hélène	74	BOUBAULT Flavie	120	VOIRIN Julie	76	WEBER Sandie	70
GIRAUD Lucie	72,5	LEFEBVRE Hélène	120	MAYNE Alice	74	KOBER Noémie	67
BOUBAULT Flavie	70	MAYNE Alice	120	SERRE Julie	74	MARZIN Anne Sophie	65
JUILLET Camille	70	VOIRIN Julie	110	GIRAUD Lucie	72,5	MAYNE Alice	64
MAYNE Alice	64	GIRAUD Lucie	105	BAUD Louise	71	SERRE Julie	64
MARZIN Anne Sophie	63	WEBER Sandie	105	CHANUT Claire	70	VOIRIN Julie	63,5
WEBER Sandie	62,5	BLANK Aloma	100	JUILLET Camille	70	GIRAUD Lucie	62,5
AERNOUDTS Violaine	62	BAUD Louise	95	BOUBAULT Flavie	70	LUNATTI Emma	62
BROSSE Adèle	62	DURET Léa	95	BROSSE Adèle	68	CHANUT Claire	60
LUNATTI Emma	62	KOBER Noémie	95	BLANK Aloma	67,5	BOUBAULT Flavie	60
CHANUT Claire	60	MANGEOLLE Marlène	95	MANGEOLLE Marlène	67,5	BLANK Aloma	60
DURET Léa	60	GERBRON Chloé	95	BAILLEUL Margaux	67	BAILLEUL Margaux	60
FEUTRIE Audrey	60	DEKEYSER Marie	95	LUNATTI Emma	67	DURET Léa	60
MANGEOLLE Marlène	60	LUNATTI Emma	94	DURET Léa	65	MANGEOLLE Marlène	58
VERHOEVEN Julia	57	SERRE Julie	90	GERBRON Chloé	65	JUILLET Camille	57,5
D'ALMEIDA Héloïse	56	BROSSE Adèle	85	FEUTRIE Audrey	64	GERBRON Chloé	57,5
GERBRON Chloé	55	AERNOUDTS Violaine	80	VERHOEVEN Julia	64	AERNOUDTS Violaine	57
BLANK Aloma	52,5	LOISEL Camille	80	RABINOVITCH Léa	62,5	LOTTI Pauline	57
BAUD Louise	52	FEUTRIE Audrey	77	WEBER Sandie	62,5	BAUD Louise	55
LOISEL Camille	51	LOTTI Pauline	76	DEKEYSER Marie	57	BROSSE Adèle	54
LOTTI Pauline	51	VERHOEVEN Julia	75	LOTTI Pauline	57	D'ALMEIDA Héloïse	54
DEKEYSER Marie	50	LAGARDE Julie	70	D'ALMEIDA Héloïse	57	RABINOVITCH Léa	52,5
LAGARDE Julie	42,5			LOISEL Camille	54	FEUTRIE Audrey	52
				LAGARDE Julie	50	LOISEL Camille	48
						VERHOEVEN Julia	46
						DEKEYSER Marie	44
						LAGARDE Julie	41

Femme Poids Léger

	Epaulé		Squat		Tirade		Développé
JOANNES Marie Margot (oct-16)	65	LECLERC Camille (jan-11)	109*	JOANNES Marie Margot (oct-16)	72,5	LECLERC Camille (oct-14)	60*

* Performances validées sur les épreuves du chemin de sélection des équipes de France

JOANNES Marie Margot	65	CHATELET Fanny	118	JOANNES Marie Margot	72,5	CANOVAS Julie	66
MORIZOT Aurélie	65	CANOVAS Julie	108	CHATELET Fanny	66	PARODI Léa	65
CANOVAS Julie	62	MORIZOT Aurélie	105	PARODI Léa	64	CHATELET Fanny	63
PARODI Léa	60	JOANNES Marie Margot	100	CANOVAS Julie	61	JOANNES Marie Margot	56
SEGRAIS Margaux	57,5	PARODI Léa	90	BOVE Claire	60	TARANTOLA Laura	51
LAMARQUE Lou	57	TARANTOLA Laura	87,5	MORIZOT Aurélie	60	BOVE Claire	50
TARANTOLA Laura	53	BOVE Claire	85	SEGRAIS Margaux	60	MORIZOT Aurélie	50
BOVE Claire	52,5	SEGRAIS Margaux	80	FENIES Alix	57,5	SEGRAIS Margaux	50
CHATELET Fanny	52	LAMARQUE Lou	78	TARANTOLA Laura	57	FENIES Alix	47,5
FENIES Alix	45	FENIES Alix	77,5	LAMARQUE Lou	57	LAMARQUE Lou	45

-23 ans

Protocole et performance valides depuis 2003

Epaulé : Ce mouvement exige une barre à roulement. C'est le même geste qu'en haltérophilie, la barre doit être verrouillée en position haute pour valider le test.

Squat : Amplitude de flexion des

jambes = distance du sol jusqu'au

Tirade rowing : Planche rigide

horizontale (épaisseur 8 cm), hauteur

Développé couché : Le dos reste en contact avec le banc. Après avoir touché la poitrine, la rameuse doit revenir à la position de départ pour valider le test.

Test Musculation Force Maximale - Janvier 2018



Homme

	Epaulé		Squat		Tirade		Développé
VEDRINELLE Sean (oct-17)	125 *	PHILIPPE Xavier (jan-07)	191*	BOUCHERON Hugo (oct-14)	130*	PHILIPPE Xavier (janv-10)	144*

* Performances validées sur les épreuves du chemin de sélection des équipes de France

ANDRODIAS Matthieu	118	ANDRODIAS Matthieu	185	BOUCHERON Hugo	125	JONVILLE Edouard	115
VEDRINELLE Sean	115	VEDRINELLE Sean	175	HOARAU Wiliam	125	VERSTRAETE Sigmund	115
HOARAU Wiliam	115	BOUCHERON Hugo	170	CATOUL Esteban	110	BOUCHERON Hugo	113
BRUNET Benoît	112,5	BRISSEON Marc	168	VEDRINELLE Sean	110	ANDRODIAS Matthieu	113
CATOUL Esteban	110	QUEMENER Hugo	165	ZEMAN Ondra	110	LEZARME Loïc	112,5
CHAZALY Teddy	110	CHPILEVSKY Nicolas	165	NOIROT Vincent	110	CORMERAIS Albéric	111
QUEMENER Hugo	110	MORVAN Dorian	160	MARTY Emile	110	ZEMAN Ondra	110
DUPUIS Yann	105	ZEMAN Ondra	160	LEZARME Loïc	110	CHAZALY Teddy	110
STENDER Quentin	105	CHAZALY Teddy	160	LAGOUGE Antoine	108	STENDER Quentin	110
LEZARME Loïc	105	RUBIO Charlélie	160	LABORDE Hugo	107,5	ONFROY Valentin	110
BOUCHERON Hugo	103	VERSTRAETE Sigmund	160	NOURY Jean	107,5	DELACHAUME Romain	110
COUTURIER Alban	102,5	LAGOUGE Antoine	157,5	CHPILEVSKY Nicolas	105	NOZAHIC Morvan	110
DESGRIPPES Stanislas	102,5	DESGRIPPES Stanislas	155	RUBIO Charlélie	105	LABORDE Hugo	109
RUBIO Charlélie	102,5	LAUTRETTE Tristan	155	DUPUIS Yann	105	CHPILEVSKY Nicolas	107,5
ZEMAN Ondra	100	CORMERAIS Albéric	155	MARTEAU Mickaël	105	DUPUIS Yann	105
COUSIN Thomas	100	DIDRY Gatien	155	COUTURIER Alban	105	SOLFORSI Franck	105
LAUTRETTE Tristan	100	DUPUIS Yann	150	ANDRODIAS Matthieu	102,5	LAGOUGE Antoine	103
RAYET Teo	100	SOLFORSI Franck	150	QUEMENER Hugo	102,5	THOMAS Romuald	103
SOLFORSI Franck	100	LABORDE Hugo	150	SOLFORSI Franck	102,5	MARTY Emile	102,5
JONVILLE Edouard	97,5	LOY Arthur	148	LUNATTI Théo	102,5	LUNATTI Théo	102
NOURY Jean	97,5	BRISSEON Liam	148	ZEMAN Honza	102,5	VEDRINELLE Sean	100
CORDONNIER Alexandre	96	NOIROT Vincent	147,5	MOSCATELLO Damien	102,5	MORVAN Dorian	100
MONTET Julien	95	MARTEAU Mickaël	145	BRISSEON Marc	101	DUCRET Maxime	100
BRISSEON Marc	95	MONTET Julien	145	MORVAN Dorian	100	ONFROY Théophile	100
CHPILEVSKY Nicolas	95	MARTY Emile	145	CHAZALY Teddy	100	DEMEY Benoît	100
DEMEY Benoît	95	LUNATTI Théo	145	VERSTRAETE Sigmund	100	COUSIN Thomas	100
LABORDE Hugo	95	DELACHAUME Romain	145	DESGRIPPES Stanislas	100	BELLINI Lilian	100
LAGOUGE Antoine	95	GIVORT Nathan	143	LAUTRETTE Tristan	100	BRISSEON Marc	98
ONFROY Valentin	95	LEZARME Loïc	142,5	CORMERAIS Albéric	100	TRONEL Jean-Christophe	98
TRONEL Jean-Christophe	95	NOURY Jean	142,5	MONTET Julien	100	DAVY Jordan	98
ZEMAN Honza	95	BELLINI Lilian	142,5	STENDER Quentin	100	HOARAU Wiliam	97,5
CORMERAIS Albéric	93	ONFROY Théophile	140	RAYET Teo	100	CATOUL Esteban	97,5
MARTY Emile	92,5	BRUNET Benoît	140	ONFROY Valentin	100	ZEMAN Honza	97,5
NOIROT Vincent	92,5	STENDER Quentin	140	DUCRET Maxime	100	TURLAN Guillaume	97,5
DAVY Jordan	90	RAYET Teo	140	TRONEL Jean-Christophe	98	TURLAN Thibaud	97,5
DIDRY Gatien	90	DEMEY Benoît	140	GOETGHEBEUR Paul	97,5	NOURY Jean	96
DUCRET Maxime	90	TURLAN Guillaume	140	LOEILLOT MATTEI Martin	97,5	NOIROT Vincent	95
GIVORT Nathan	90	DOUMERG Guillaume	140	ROY Hugo	95	RUBIO Charlélie	95
LUNATTI Théo	90	FRANCOIS Etienne	138	LOY Arthur	95	COUTURIER Alban	95
NOZAHIC Morvan	90	ONFROY Valentin	135	GIVORT Nathan	95	DESGRIPPES Stanislas	95
REMY Thibault	90	TRONEL Jean-Christophe	135	ONFROY Théophile	95	LAUTRETTE Tristan	95
SAYAH Ryan	90	ZEMAN Honza	135	DEMEY Benoît	95	GIVORT Nathan	95
TURLAN Guillaume	90	MARTIN Hugo	135	TURLAN Guillaume	95	BRUNET Benoît	95
MARTIN Hugo	90	MOSCATELLO Damien	132,5	DOUMERG Guillaume	95	CORDONNIER Alexandre	95
MOSCATELLO Damien	90	THOMAS Romuald	130	MARTIN Hugo	95	MARTEAU Mickaël	94
LOY Arthur	90	COUSIN Thomas	130	COUSIN Thomas	95	QUEMENER Hugo	90
VERSTRAETE Sigmund	90	GUESNIER Mickael	130	GILLERY Alexandre	95	MOSCATELLO Damien	90
LOEILLOT MATTEI Martin	90	TURLAN Thibaud	130	GUESNIER Mickael	94	RAYET Teo	90
ROY Hugo	89	QUIQUERET Bastien	125	TURLAN Thibaud	92,5	SAYAH Ryan	90
QUIQUERET Bastien	85	DAVY Jordan	125	QUIQUERET Bastien	92,5	REMY Thibault	90
DELACHAUME Romain	85	GUERINOT Alexis	125	SAYAH Ryan	92,5	GODÉ Hadrien	90
DOUMERG Guillaume	85	TOLLET Maxence	125	THOMAS Romuald	92	MARTIN Hugo	89
GODÉ Hadrien	85	DELABRIERE Arnaud	125	DIDRY Gatien	90	DOUMERG Guillaume	87,5
GUESNIER Mickael	85	GILLERY Alexandre	124	DELACHAUME Romain	90	ROY Hugo	87
LANTOINE Victor	85	CORDONNIER Alexandre	120	BRUNET Benoît	90	GUESNIER Mickael	86
TURLAN Thibaud	85	DUCRET Maxime	120	CORDONNIER Alexandre	90	GOETGHEBEUR Paul	85
GILLERY Alexandre	84	REMY Thibault	120	REMY Thibault	90	LOEILLOT MATTEI Martin	85
BRISSEON Liam	80	GOETGHEBEUR Paul	120	GODÉ Hadrien	85	LOY Arthur	85
COTINAUT Emmanuel	80	SAYAH Ryan	115	LANTOINE Victor	85	DIDRY Gatien	85
GUERINOT Alexis	80	COTINAUT Emmanuel	115	BELLINI Lilian	85	COTINAUT Emmanuel	85
BELLINI Lilian	80	NOZAHIC Morvan	108	COTINAUT Emmanuel	85	QUIQUERET Bastien	84
TOLLET Maxence	77,5			FRANCOIS Etienne	84	GILLERY Alexandre	80
FRANCOIS Etienne	76			DAVY Jordan	80	LANTOINE Victor	75
DELABRIERE Arnaud	70			GUERINOT Alexis	80	FRANCOIS Etienne	75
				TOLLET Maxence	80	GUERINOT Alexis	75
				NOZAHIC Morvan	80	TOLLET Maxence	75
				BRISSEON Liam	76	BRISSEON Liam	72
				DELABRIERE Arnaud	72	DELABRIERE Arnaud	72

-23 ans

Protocole et performance valides depuis 2003

Épaulé : Ce mouvement exige une barre à roulement. C'est le même geste qu'en haltérophilie, la barre doit être verrouillée en position haute pour valider le test.

Squat : amplitude de flexion des jambes = distance du sol jusqu'au dessous de la rotule, en retirant 10 cm. Cette hauteur doit être matérialisée par une corde tendue entre deux supports, ou un repère à la bonne hauteur. Pour valider le test, le rameur doit toucher le repère avec les fesses, le dos doit rester gainé.

Tirade Rowing : planche rigide horizontale (épaisseur 8 cm), hauteur de la planche adaptée à la longueur des bras du rameur (bras tendus et barre accessible au creux du pouce). Le rameur peut fixer ses jambes, mais la poitrine doit rester en contact avec la planche. La barre doit toucher le dessous de la planche.

Développé couché : Le dos reste en contact avec le banc. Après avoir touché la poitrine, on doit revenir à la position de départ pour valider le test.

Test Musculation Force Maximale - Janvier 2018



Homme Poids Léger

	Epaulé		Squat		Tirade		Développé
GENESTE Valentin (oct-17)	102*	GENESTE Valentin (oct-13)	169*	GOISSET Maxime (jan-09)	109*	GOISSET Maxime (jan-12)	105*

* Performances validées sur les épreuves du chemin de sélection des équipes de France

LECLAIRE Charly	99,5	HOUIN Pierre	155	LECLAIRE Charly	105	LECLAIRE Charly	117
RICARD Paul-Antoine	96	LECLAIRE Charly	152	DAVID Benjamin	104	DAVID Benjamin	97,5
DEMONTFAUCON Maxime	92,5	BOVE Ivan	140	DEMONTFAUCON Maxime	100	DEMONTFAUCON Maxime	97,5
HOUIN Pierre	90	BEUREY Hugo	135	ROBIN Benoit	99	GENESTE Valentin	90
DUVIGNACQ Mathieu	87,5	GRANDSIRE Léo	135	GENESTE Valentin	95	KABIR QUERREC Andréas	90
KABIR QUERREC Andréas	85	DUVIGNACQ Mathieu	132,5	KABIR QUERREC Andréas	94	BOVE Ivan	90
GRANDSIRE Léo	85	KABIR QUERREC Andréas	130	BOVE Ivan	90	HOUIN Pierre	90
BOVE Ivan	82,5	ROBIN Benoit	130	GRANDSIRE Léo	90	TREZEGUET Renan	90
ROBIN Benoit	82	DAVID Benjamin	126	JEGOUSSE Antoine	90	GRANDSIRE Léo	87,5
JEGOUSSE Antoine	82	TREZEGUET Renan	124	HOUIN Pierre	85	RICARD Paul-Antoine	87,5
CHEVALIER Théo	80	JEGOUSSE Antoine	120	CHEVALIER Théo	85	ROBIN Benoit	85
DAVID Benjamin	80	CHEVALIER Théo	120	RICARD Paul-Antoine	85	TIXIER Paul	82,5
AMET Corentin	75	RICARD Paul-Antoine	119	TREZEGUET Renan	84	BAROUKH Thomas	82
ANGYAN Miklos	75	DEMONTFAUCON Maxime	115	DUVIGNACQ Mathieu	82,5	JEGOUSSE Antoine	80
TREZEGUET Renan	72	AMET Corentin	112,5	AMET Corentin	82,5	AMET Corentin	80
TETAZ Jules	66	ANGYAN Miklos	110	BAROUKH Thomas	80	DUVIGNACQ Mathieu	77,5
HAGOLLE Jean	57,5	HAGOLLE Jean	105	TETAZ Jules	80	CHEVALIER Théo	76
		TETAZ Jules	90	TIXIER Paul	80	TETAZ Jules	67
				ANGYAN Miklos	72,5	HAGOLLE Jean	62,5
				HAGOLLE Jean	65		

-23 ans

Protocole et performance valides depuis 2003

Epaulé : Ce mouvement exige une barre à roulement. C'est le même geste qu'en haltérophilie, la barre doit être verrouillée en position haute pour valider le test.

Squat : amplitude de flexion des jambes = distance du sol jusqu'au dessous de la rotule, en retirant 10 cm. Cette hauteur doit être matérialisée par une corde tendue entre deux supports, ou un repère à la bonne hauteur. Pour valider le test, le rameur doit toucher le repère avec les fesses, le dos doit rester gainé.

Tirade Rowing : planche rigide horizontale (épaisseur 8 cm), hauteur de la planche adaptée à la longueur des bras du rameur (bras tendus et barre accessible au creux du pouce). Le rameur peut fixer ses jambes, mais la poitrine doit rester en contact avec la planche. La barre doit toucher le dessous de la planche.

Développé couché : Le dos reste en contact avec le banc. Après avoir touché la poitrine, on doit revenir à la position de départ pour valider le test.