

GOLGO
fr50m
2016/9/25 FIA
短水路
RT=

何m地点	15	25	29.5	45	50
time	6.93	14.62	16.76	26.28	29.93
LAP	0.00	6.93	7.69	2.14	9.52
25m LAP		14.62			15.31
ストローク数					22
m/s		#DIV/O!			0.60
1ストローク		#DIV/O!			0.93

コメント
ターン後の浮き上がりのキックが良かった

平均LAP 14.97
平均ストローク数 22.00
平均1ストロークの時間 #DIV/O! #DIV/O!
平均1ストロークの距離 #DIV/O! #DIV/O!

あいさん
fr50m
2016/9/25 FIA
短水路
RT=0.83

何m地点	8.5	15	25	28.5	45	50
time	3.16	7.23	15.38	17.66		32.13
LAP	3.16	4.07	8.15	2.28	-17.66	32.13
25m LAP			15.38			16.75
ストローク数			17			
m/s			0.72			#DIV/O!
1ストローク			0.97			#DIV/O!

コメント
ほぼイーブンなんで前半から積極的に行きましょう

平均LAP 16.07
平均ストローク数 17.00
平均1ストロークの時間 #DIV/O! #DIV/O!
平均1ストロークの距離 #DIV/O! #DIV/O!

いけさん
fr50m
2016/9/25 FIA
短水路
RT=

	浮き上がり	15m頭	25m頭	45m頭	ゴール
何m地点	9	15	25	29	45
time	4.53	9.29	18.30	20.99	33.93
LAP	4.53	4.76	9.01	2.69	12.94
25m LAP			18.30		19.79
ストローク数			19		24
m/s			0.72		0.71
1ストローク			0.84		0.88

コメント
ラスト5mを3秒台で行けるようにキックを入れましょう
1ストロークで90cm進むようにフィニッシュか体の近くを速く掻く

平均LAP 19.05
平均ストローク数 21.50
平均1ストロークの時間 0.72 15.45
平均1ストロークの距離 0.86 18.46