

**Fitness Report prepared for
ARSENAULT France**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Passe

Sport: Volleyball
Age: 20

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.1s
01 janv. 2006	10.5s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	63.5kg
01 janv. 2006	64.9kg

Force/Puissance

Dév. Couché

01 oct. 2004	36kg
--------------	------

Puissance Aérobic

400m

01 janv. 2006	76s	Vitesse Moyenne: 5.26 m/s
---------------	-----	---------------------------

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.12s	Vitesse Moyenne: 4.72 m/s
01 janv. 2006	2.1s	Vitesse Moyenne: 4.76 m/s

**Fitness Report prepared for
BLANCHARD Alanna**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.5s
01 janv. 2006	10.2s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	59.6kg
01 janv. 2006	61.2kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	75s	Vitesse Moyenne: 5.33 m/s
--------------	-----	---------------------------

Vitesse

10m

01 oct. 2004	1.97s	Vitesse Moyenne: 5.08 m/s
01 janv. 2006	2.03s	Vitesse Moyenne: 4.93 m/s

**Fitness Report prepared for
BOURQUE Nadine**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Bloc contre

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.4s
01 janv. 2006	10.1s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	73.5kg
01 janv. 2006	70.7kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	76s	Vitesse Moyenne: 5.26 m/s
01 janv. 2006	77s	Vitesse Moyenne: 5.19 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.12s	Vitesse Moyenne: 4.72 m/s
01 janv. 2006	1.91s	Vitesse Moyenne: 5.24 m/s

**Fitness Report prepared for
CAISSIE Alexandra**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.5s
01 janv. 2006	10.7s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	59.3kg
01 janv. 2006	60.4kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	73s	Vitesse Moyenne: 5.48 m/s
01 janv. 2006	75s	Vitesse Moyenne: 5.33 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	1.97s	Vitesse Moyenne: 5.08 m/s
01 janv. 2006	1.91s	Vitesse Moyenne: 5.24 m/s

**Fitness Report prepared for
DAIGLE Renée**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.1s
01 janv. 2006	10.4s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	65kg
01 janv. 2006	62.9kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	79s	Vitesse Moyenne: 5.06 m/s
01 janv. 2006	78s	Vitesse Moyenne: 5.13 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.03s	Vitesse Moyenne: 4.93 m/s
01 janv. 2006	2.02s	Vitesse Moyenne: 4.95 m/s

**Fitness Report prepared for
DAIGLE Renelle**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 janv. 2006	10.2s
---------------	-------

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	64.2kg
01 janv. 2006	64.9kg

Puissance Aérobic

400m

01 oct. 2004	76s	Vitesse Moyenne: 5.26 m/s
01 janv. 2006	77s	Vitesse Moyenne: 5.19 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.03s	Vitesse Moyenne: 4.93 m/s
--------------	-------	---------------------------

**Fitness Report prepared for
DOIRON Nicole**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	11.1s
01 janv. 2006	11.2s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	64.7kg
01 janv. 2006	66.8kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	83s	Vitesse Moyenne: 4.82 m/s
01 janv. 2006	83s	Vitesse Moyenne: 4.82 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.12s	Vitesse Moyenne: 4.72 m/s
01 janv. 2006	2.13s	Vitesse Moyenne: 4.69 m/s

**Fitness Report prepared for
GALLANT Anik**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	9.7s
01 janv. 2006	9.7s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	62kg
01 janv. 2006	62kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	68s	Vitesse Moyenne: 5.88 m/s
01 janv. 2006	70s	Vitesse Moyenne: 5.71 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.13s	Vitesse Moyenne: 4.69 m/s
01 janv. 2006	1.81s	Vitesse Moyenne: 5.52 m/s

**Fitness Report prepared for
GAUDET Aimée**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.9s
01 janv. 2006	10.8s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	63.5kg
01 janv. 2006	63.3kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	84s	Vitesse Moyenne: 4.76 m/s
01 janv. 2006	83s	Vitesse Moyenne: 4.82 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.04s	Vitesse Moyenne: 4.90 m/s
01 janv. 2006	2.09s	Vitesse Moyenne: 4.78 m/s

**Fitness Report prepared for
LEBLANC Mélanie**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Passe

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.7s
01 janv. 2006	10.5s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	72.4kg
01 janv. 2006	70.6kg

Puissance Aérobic

400m

01 oct. 2004	73s	Vitesse Moyenne: 5.48 m/s
01 janv. 2006	78s	Vitesse Moyenne: 5.13 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.07s	Vitesse Moyenne: 4.83 m/s
01 janv. 2006	2.03s	Vitesse Moyenne: 4.93 m/s

**Fitness Report prepared for
MELANSON Sophie**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Bloc contre

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	10.2s
01 janv. 2006	9.7s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	66.3kg
01 janv. 2006	65.6kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	74s	Vitesse Moyenne: 5.41 m/s
01 janv. 2006	72s	Vitesse Moyenne: 5.56 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	1.94s	Vitesse Moyenne: 5.15 m/s
01 janv. 2006	1.87s	Vitesse Moyenne: 5.35 m/s

**Fitness Report prepared for
ROBICHEAU Parise**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Bloc contre

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004	11.1s
01 janv. 2006	10.4s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004	77.3kg
01 janv. 2006	77.8kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004	80s	Vitesse Moyenne: 5.00 m/s
01 janv. 2006	82s	Vitesse Moyenne: 4.88 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004	2.22s	Vitesse Moyenne: 4.50 m/s
01 janv. 2006	2.09s	Vitesse Moyenne: 4.78 m/s

**Fitness Report prepared for
THEBEAU Sylvie**

Équipe/Groupe: Équipe Fictive
Poste/Discipline: Attaque

Sport: Volleyball
Age:

Agilité

T-Test

01 oct. 2004 10.3s

Anthropométrie

Poids

01 oct. 2004 69.8kg
01 janv. 2006 69.8kg

Puissance Aérobie

400m

01 oct. 2004 78s Vitesse Moyenne: 5.13 m/s

Vitesse

10m

01 oct. 2004 2.12s Vitesse Moyenne: 4.72 m/s
01 janv. 2006 2.12s Vitesse Moyenne: 4.72 m/s

Advanced Fitness Designs, Inc.

**Fitness Report prepared for
THEBEAU Sylvie**