

*Tabela czasów uzyskiwanych na dystansach od 100 do 1000m przy predkościach od 12 do 30 sekund na 100m*

czas (s) / dyst. (m)	100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000
12	12"	24"	36"	48"	60"	1'12"	1'24"	1'36"	1'48"	2'00"
13	13"	26"	39"	52"	1'05"	1'18"	1'31"	1'44"	1'57"	2'10"
14	14"	28"	52"	56"	1'10"	1'24"	1'38"	1'52"	2'06"	2'20"
15	15"	30"	45"	60"	1'15"	1'30"	1'45"	2'00"	2'15"	2'30"
16	16"	32"	48"	1'04"	1'20"	1'36"	1'52"	2'08"	2'24"	2'40"
17	17"	34"	51"	1'08"	1'25"	1'42"	1'59"	2'16"	2'33"	2'50"
18	18"	36"	54"	1'12"	1'30"	1'48"	2'06"	2'24"	2'42"	3'00"
19	19"	38"	57"	1'16"	1'35"	1'54"	2'13"	2'32"	2'51"	3'10"
20	20"	40"	60"	1'20"	1'40"	2'00"	2'20"	2'40"	3'00"	3'20"
21	21"	42"	1'03"	1'24"	1'45"	2'06"	2'27"	2'48"	3'09"	3'30"
22	22"	44"	1'06"	1'28"	1'50"	2'12"	2'34"	2'56"	3'18"	3'40"
23	23"	46"	1'09"	1'32"	1'55"	2'18"	2'41"	3'04"	3'27"	3'50"
24	24"	48"	1'12"	1'36"	2'00"	2'24"	2'48"	3'12"	3'36"	4'00"
25	25"	50"	1'15"	1'40"	2'05"	2'30"	2'55"	3'20"	3'45"	4'10"
26	26"	52"	1'18"	1'44"	2'10"	2'36"	3'02"	3'28"	3'54"	4'20"
27	27"	54"	1'21"	1'48"	2'15"	2'42"	3'09"	3'36"	4'03"	4'30"
28	28"	56"	1'24"	1'52"	2'20"	2'48"	3'16"	3'44"	4'12"	4'40"
29	29'	58'	1'27"	1'56"	2'25"	2'54"	3'23"	3'52"	4'21"	4'50"
30	30"	60"	1'30"	2'00"	2'30"	3'00"	3'30"	4'00"	4'30"	5'00"