



### Tabel for beregning af etapetider

4,5 km/t til 11 km/t

Hashtighed	4,5 km/t	5 km/t	5,5 km/t	6 km/t	6,5 km/t	7 km/t	10 km/t	11 km/t
Distance	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek
100 m	1.20	1.12	1.06	1.00	0.55	0.51	0.36	0.33
200 m	2.40	2.24	2.13	2.00	1.51	1.43	1.12	1.05
300 m	4.00	3.36	3.20	3.00	2.46	2.34	1.48	1.38
400 m	5.20	4.48	4.26	4.00	3.41	3.26	2.24	2.11
500 m	6.40	6.00	5.33	5.00	4.36	4.17	3.00	2.44
1 km	13.20	12.00	11.07	10.00	9.14	8.34	6.00	5.27
2 km	26.40	24.00	22.13	20.00	18.28	17.09	12.00	10.55
3 km							18.00	16.22
4 km							24.00	21.49
5 km							30.00	27.16
6 km							36.00	32.43
7 km							42.00	38.11
8 km							48.00	43.38
9 km							54.00	49.05
10 km							1 time	54.33



### Tabel for beregning af etapetider

12 km/t til 20 km/t

Hashtighed	12 km/t	13 km/t	14 km/t	15 km/t	16 km/t	17 km/t	18 km/t	19 km/t	20 km/t
Distance	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek	min sek
100 m	0.30	0.28	0.26	0.24	0.23	0.21	0.20	0.19	0.18
200 m	1.00	0.55	0.52	0.48	0.45	0.43	0.40	0.38	0.36
300 m	1.30	1.23	1.17	1.12	1.08	1.04	0.60	0.57	0.54
400 m	2.00	1.51	1.43	1.36	1.30	1.25	1.20	1.16	1.12
500 m	2.30	2.19	2.08	2.00	1.53	1.46	1.40	1.35	1.30
1 km	5.00	4.37	4.17	4.00	3.45	3.32	3.20	3.09	3.00
2 km	10.00	9.14	8.34	8.00	7.30	7.04	6.40	6.19	6.00
3 km	15.00	13.51	12.51	12.00	11.15	10.35	10.00	9.28	9.00
4 km	20.00	18.28	17.08	16.00	15.00	14.07	13.20	12.38	12.00
5 km	25.00	23.05	21.25	20.00	18.45	17.39	16.40	15.47	15.00
6 km	30.00	27.42	25.43	24.00	22.30	21.11	20.00	18.57	18.00
7 km	35.00	32.18	30.00	28.00	26.15	24.42	23.20	22.06	21.00
8 km	40.00	36.55	34.17	32.00	30.00	28.14	26.40	25.16	24.00
9 km	45.00	41.32	38.34	36.00	33.45	31.46	30.00	28.25	27.00
10 km	50.00	46.09	42.51	40.00	37.30	35.17	33.20	31.35	30.00