



Tabel for beregning af etapetider
12 km/t til 20 km/t

Hastighed	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