

200m	600m	1000m	1400m	1800m	2200m	2600m	3000m	3400m	3800m	4200m	4600m	5000m
0:31	1:01	1:31	2:01	2:31	3:01	3:31	4:01	4:31	5:01	5:31	6:01	6:31
0:30	1:00	1:30	2:00	2:30	3:00	3:30	4:00	4:30	5:00	5:30	6:00	6:30
0:29	0:59	1:29	1:59	2:29	2:59	3:29	3:59	4:29	4:59	5:29	5:59	6:29
0:28	0:58	1:28	1:58	2:28	2:58	3:28	3:58	4:28	4:58	5:28	5:58	6:28
0:27	0:57	1:27	1:57	2:27	2:57	3:27	3:57	4:27	4:57	5:27	5:57	6:27
0:26	0:56	1:26	1:56	2:26	2:56	3:26	3:56	4:26	4:56	5:26	5:56	6:26
0:25	0:55	1:25	1:55	2:25	2:55	3:25	3:55	4:25	4:55	5:25	5:55	6:25
0:24	0:54	1:24	1:54	2:24	2:54	3:24	3:54	4:24	4:54	5:24	5:54	6:24
0:23	0:53	1:23	1:53	2:23	2:53	3:23	3:53	4:23	4:53	5:23	5:53	6:23
0:22	0:52	1:22	1:52	2:22	2:52	3:22	3:52	4:22	4:52	5:22	5:52	6:22
0:21	0:51	1:21	1:51	2:21	2:51	3:21	3:51	4:21	4:51	5:21	5:51	6:21
0:20	0:50	1:20	1:50	2:20	2:50	3:20	3:50	4:20	4:50	5:20	5:50	6:20
0:19	0:49	1:19	1:49	2:19	2:49	3:19	3:49	4:19	4:49	5:19	5:49	6:19
0:18	0:48	1:18	1:48	2:18	2:48	3:18	3:48	4:18	4:48	5:18	5:48	6:18
0:17	0:47	1:17	1:47	2:17	2:47	3:17	3:47	4:17	4:47	5:17	5:47	6:17
0:16	0:46	1:16	1:46	2:16	2:46	3:16	3:46	4:16	4:46	5:16	5:46	6:16
0:15	0:45	1:15	1:45	2:15	2:45	3:15	3:45	4:15	4:45	5:15	5:45	6:15
0:14	0:44	1:14	1:44	2:14	2:44	3:14	3:44	4:14	4:44	5:14	5:44	6:14
0:13	0:43	1:13	1:43	2:13	2:43	3:13	3:43	4:13	4:43	5:13	5:43	6:13
0:12	0:42	1:12	1:42	2:12	2:42	3:12	3:42	4:12	4:42	5:12	5:42	6:12
0:11	0:41	1:11	1:41	2:11	2:41	3:11	3:41	4:11	4:41	5:11	5:41	6:11
0:10	0:40	1:10	1:40	2:10	2:40	3:10	3:40	4:10	4:40	5:10	5:40	6:10
0:09	0:39	1:09	1:39	2:09	2:39	3:09	3:39	4:09	4:39	5:09	5:39	6:09
0:08	0:38	1:08	1:38	2:08	2:38	3:08	3:38	4:08	4:38	5:08	5:38	6:08
0:07	0:37	1:07	1:37	2:07	2:37	3:07	3:37	4:07	4:37	5:07	5:37	6:07
0:06	0:36	1:06	1:36	2:06	2:36	3:06	3:36	4:06	4:36	5:06	5:36	6:06
0:05	0:35	1:05	1:35	2:05	2:35	3:05	3:35	4:05	4:35	5:05	5:35	6:05
0:04	0:34	1:04	1:34	2:04	2:34	3:04	3:34	4:04	4:34	5:04	5:34	6:04
0:03	0:33	1:03	1:33	2:03	2:33	3:03	3:33	4:03	4:33	5:03	5:33	6:03
0:02	0:32	1:02	1:32	2:02	2:32	3:02	3:32	4:02	4:32	5:02	5:32	6:02
0:01	0:31	1:01	1:31	2:01	2:31	3:01	3:31	4:01	4:31	5:01	5:31	6:01
0:00	0:30	1:00	1:30	2:00	2:30	3:00	3:30	4:00	4:30	5:00	5:30	6:00