

# TEMPS DE PASSAGE SELON % DE VMA

VMA	200M			400M			600M			800M		
KM/H	90%	100%	110%	90%	100%	110%	90%	100%	110%	90%	100%	110%
10	1'20	1'12	1'05	2'40	2'24	2'11	4'00	3'36	3'16	5'20	4'48	4'22
11	1'13	1'05	1'00	2'25	2'11	1'59	3'38	3'16	2'59	4'51	4'22	3'58
12	1'07	1'00	0'55	2'13	2'00	1'49	3'20	3'00	2'44	4'27	4'00	3'38
13	1'02	0'55	0'50	2'03	1'51	1'41	3'05	2'46	2'31	4'06	3'42	3'21
14	0'57	0'51	0'47	1'54	1'43	1'34	2'51	2'34	2'20	3'49	3'26	3'07
15	0'53	0'48	0'44	1'47	1'36	1'27	2'40	2'24	2'11	3'33	3'12	2'55
16	0'50	0'45	0'41	1'40	1'30	1'22	2'30	2'15	2'03	3'20	3'00	2'44
17	0'47	0'42	0'39	1'34	1'25	1'17	2'21	2'07	1'56	3'08	2'49	2'34
18	0'44	0'40	0'36	1'29	1'20	1'13	2'13	2'00	1'49	2'58	2'40	2'25
19	0'42	0'38	0'34	1'24	1'16	1'09	2'06	1'54	1'43	2'48	2'32	2'18
20	0'40	0'36	0'33	1'20	1'12	1'05	2'00	1'48	1'38	2'40	2'24	2'11