





SECUENCIA DE MEDIAS DE REGULARIDAD ETAPA 1

TR-PROLOGO				
Velocidad	Distancia	Tiempo	vel.exc	Tiempo
50	2,82	0:03:23,0	45	0:03:45,6
63	5,19	0:05:38,5	58	0:06:12,7
50	5,92	0:06:31,0	45	0:07:11,1

En rojo medias en zonas transfer

donde no es necesario circular a la media

TR-1				
Velocidad	Distancia	Tiempo	vel.exc	Tiempo
45	0,921	0:01:13,7	40	0:01:22,9
35	1,349	0:01:57,7	30	0:02:14,2
40	1,49	0:02:10,4	35	0:02:28,8
35	2,065	0:03:09,5	30	0:03:37,8
45	2,343	0:03:31,8	40	0:04:02,8
30	3,045	0:04:56,0	25	0:05:43,9
25	3,184	0:05:16,0	20	0:06:08,9
30	4,419	0:07:44,2	25	0:09:06,7
35	4,799	0:08:23,3	30	0:09:52,3
40	5,111	0:08:51,4	35	0:10:24,4
50	5,562	0:09:23,9	45	0:11:00,5
25	6,051	0:10:34,3	20	0:12:28,5
50	6,492	0:11:06,0	45	0:13:03,8
30	7,26	0:12:38,2	25	0:14:54,4
35	8,185	0:14:13,3	30	0:16:45,4
25	8,954	0:16:04,1	20	0:19:03,8
40	9,66	0:17:07,6	35	0:20:16,4
35	11,289	0:19:55,2	30	0:23:31,9
25	11,562	0:20:34,5	20	0:24:21,0
30	12,521	0:22:29,6	25	0:26:39,1
35	12,862	0:23:04,6	30	0:27:20,1
40	13,44	0:23:56,7	35	0:28:19,5
35	13,748	0:24:28,3	30	0:28:56,5
45	14,29	0:25:11,7	40	0:29:45,2
35	15,154	0:26:40,6	30	0:31:28,9
30	16,535	0:29:26,3	25	0:34:47,8
40	17,861	0:31:25,6	35	0:37:04,2
35	18,831	0:33:05,4	30	0:39:00,6
20,6	22,273	0:43:06,9	20,6	0:49:02,1
55	25,699	0:46:51,2	50	0:53:08,8
40	27,371	0:49:21,6	35	0:56:00,7
18,6	36,696	1:19:26,5	18,6	1:26:05,6
60	37,509	1:20:15,3	55	1:26:58,8
35	37,888	1:20:54,2	30	1:27:44,3
45	38,888	1:22:14,2	40	1:29:14,3
50	39,629	1:23:07,6	45	1:30:13,6
30	41,2	1:26:16,1	25	1:33:59,8
40	42,058	1:27:33,3	35	1:35:28,0
25	43,256	1:30:25,8	20	1:39:03,7
40	44,632	1:32:29,7	35	1:41:25,2
50	45,227	1:33:12,5	45	1:42:12,8
40	45,447	1:33:32,3	35	1:42:35,4
55	47,46	1:35:44,1	50	1:45:00,4
50	48,796	1:37:20,3	45	1:46:47,2
40	49,01	1:37:39,5	35	1:47:09,3
25	49,726	1:39:22,6	20	1:49:18,1
50	50,539	1:40:21,2	45	1:50:23,2
40	51,717	1:42:07,2	35	1:52:24,3
48	53,1	1:43:50,9	43	1:54:20,1