

 M4X (World Best Time – 5:32,03)						
T (°C)	Temps (min:s)	Tps/500 m	Vitesse (m/s)	Différence par rapport à 22°C		
				Temps (s)	Tps/500	Distance (m)
0	05:41,90	01:25,47	5,85	+9,87	+2,47	+57,7
1	05:41,35	01:25,34	5,86	+9,32	+2,33	+54,6
2	05:40,83	01:25,21	5,87	+8,80	+2,20	+51,6
3	05:40,31	01:25,08	5,88	+8,28	+2,07	+48,7
4	05:39,81	01:24,95	5,89	+7,78	+1,95	+45,8
5	05:39,32	01:24,83	5,89	+7,29	+1,82	+43,0
6	05:38,83	01:24,71	5,90	+6,80	+1,70	+40,1
7	05:38,37	01:24,59	5,91	+6,34	+1,59	+37,5
8	05:37,90	01:24,47	5,92	+5,87	+1,47	+34,7
9	05:37,01	01:24,25	5,93	+4,98	+1,24	+29,6
10	05:36,58	01:24,15	5,94	+4,55	+1,14	+27,0
11	05:36,15	01:24,04	5,95	+4,12	+1,03	+24,5
12	05:35,74	01:23,94	5,96	+3,71	+0,93	+22,1
13	05:35,33	01:23,83	5,96	+3,30	+0,83	+19,7
14	05:34,93	01:23,73	5,97	+2,90	+0,73	+17,3
15	05:34,54	01:23,64	5,98	+2,51	+0,63	+15,0
16	05:34,16	01:23,54	5,99	+2,13	+0,53	+12,7
17	05:33,79	01:23,45	5,99	+1,76	+0,44	+10,5
18	05:33,43	01:23,36	6,00	+1,40	+0,35	+8,4
19	05:33,07	01:23,27	6,00	+1,04	+0,26	+6,2
20	05:32,72	01:23,18	6,01	+0,69	+0,17	+4,1
21	05:32,36	01:23,09	6,02	+0,33	+0,08	+2,0
22	05:32,03	01:23,01	6,02	0,00	0,00	0,0
23	05:31,68	01:22,92	6,03	-0,35	-0,09	-2,1
24	05:31,37	01:22,84	6,04	-0,66	-0,16	-4,0
25	05:31,05	01:22,76	6,04	-0,98	-0,25	-5,9
26	05:30,73	01:22,68	6,05	-1,30	-0,33	-7,9
27	05:30,41	01:22,60	6,05	-1,62	-0,41	-9,8
28	05:30,11	01:22,53	6,06	-1,92	-0,48	-11,6
29	05:29,81	01:22,45	6,06	-2,22	-0,55	-13,5
30	05:29,51	01:22,38	6,07	-2,52	-0,63	-15,3

