

PUNTENTELLING CLUBKAMPIOENSCHAP OLAT

Uitgedrukt: kilometers in minuten

Punten	5 km	10 km	20 km	25 km	30 km	35 km	40 km	50 km
500	22	45	92	120	143	170	198	265
488	22.20	46	93	121	144	172	201	269
475	22.40	46	94	122	146	175	204	273
463	23	47	96	124	149	177	206	277
450	23.20	48	97	126	151	180	209	281
438	23.40	48	99	128	153	183	212	285
425	24.00	49	100	130	155	186	216	289
413	24.25	50	102	132	158	188	219	294
400	24.45	51	103	133	160	191	223	298
388	25.15	51	105	135	162	194	226	303
375	25.30	52	106	138	165	197	229	307
363	25.55	53	108	140	167	200	232	312
350	26.15	54	109	142	170	202	235	316
338	26.45	55	111	143	172	206	239	321
325	27.00	55	113	147	175	209	243	326
313	27.30	56	115	149	178	212	246	331
300	27.50	57	116	151	180	215	250	335
288	28.15	58	118	153	183	218	253	340
275	28.40	59	119	155	185	221	257	345
263	29.05	60	121	158	188	224	261	351
250	29.30	61	123	160	191	228	265	356
238	29.55	62	125	162	194	231	268	361
225	30.25	62	127	165	196	234	272	366
213	30.50	63	129	168	199	238	276	372
200	31.20	64	130	170	202	241	280	377
188	31.45	65	132	173	205	245	285	383
175	32.15	66	134	175	208	249	289	389
163	32.45	67	137	178	212	253	293	395
150	33.15	68	139	180	215	256	298	400
138	33.45	69	141	183	218	261	303	406
125	34.15	70	143	186	222	265	308	412
113	34.50	72	145	189	225	269	312	419
100	35.20	73	147	192	229	273	317	425
88	35.50	74	150	195	232	277	322	431
75	36.25	75	152	197	236	282	327	437
63	36.55	76	155	201	240	286	333	444
50	37.35	77	157	204	244	291	338	450
38	38.05	78	160	207	247	295	343	457
25	38.45	79	162	210	251	300	349	464
13	39.20	81	165	214	256	305	355	472
0	40	82	168	218	260	311	361	480

80 km	100 km	110 km	100 EM	Uren in kilometers		
				15 uur	24 uur	28 uur
465	600	666	1110	140	201	228
472	609	676	1121	139	200	227
479	618	686	1131	138	198	225
486	627	696	1142	137	197	224
493	636	706	1153	136	196	222
501	646	717	1165	135	194	221
508	655	727	1176	134	193	219
516	665	738	1188	133	191	218
523	674	748	1199	132	190	216
531	685	760	1211	131	188	215
539	695	771	1222	129	187	213
547	705	783	1234	128	185	212
555	715	794	1246	127	184	210
564	726	805	1258	126	182	209
572	736	817	1270	125	181	207
581	747	829	1283	123	179	205
589	758	841	1295	122	178	204
598	770	854	1308	121	176	202
606	781	867	1320	120	175	201
616	793	880	1333	119	173	199
625	804	892	1346	117	172	197
634	816	906	1359	116	170	196
643	828	919	1372	115	169	194
653	841	933	1386	113	167	192
663	853	947	1399	112	166	190
673	866	961	1413	110	164	188
683	878	975	1426	109	162	186
693	892	990	1440	107	161	185
703	905	1005	1454	106	159	183
714	919	1020	1469	104	158	181
724	932	1035	1483	103	156	180
735	946	1050	1497	101	155	178
746	959	1064	1511	100	153	176
757	974	1081	1526	98	151	174
768	988	1097	1541	96	150	172
780	1003	1113	1556	95	148	170
791	1017	1129	1571	93	147	168
803	1033	1146	1587	91	145	166
815	1048	1163	1602	89	143	164
828	1064	1181	1619	87	142	162
840	1080	1199	1635	85	140	160