

LCEC 2016 LONDON		18/05/2016					
Gregorio Paltrinieri							
1500	S4	t fin	14:34,0				
tempi sec		velocità m/s					
stacco	0,80	15 m	2,12				
15 m	7,09			frequenze cicli/min		ampiezze m/ciclo	
25 m	12,62	25 m	1,81	25 m	45,7	25 m	2,37
45 m	24,26	45 m	1,72	45 m	44,7	45 m	2,31
50 m	27,48	vir 50-45	1,55	75 m	44,1	75 m	2,25
55 m	29,42	vir 55-50	2,58	95 m	43,3	95 m	2,29
vir -5+5	5,16	vir -5+5	1,94	125 m	44,3	125 m	2,23
75 m	41,49	75 m	1,66	145 m	44,1	145 m	2,30
95 m	53,62	95 m	1,65	175 m	44,4	175 m	2,24
100 m	56,72	vir 100-95	1,61	195 m	42,9	195 m	2,30
105 m	58,56	vir 105-100	2,72	225 m	43,9	225 m	2,25
vir -5+5	4,94	vir -5+5	2,02	245 m	44,6	245 m	2,23
125 m	70,69	125 m	1,65	275 m	44,9	275 m	2,19
145 m	82,52	145 m	1,69	295 m	45,5	295 m	2,19
150 m	85,79	vir 150-145	1,53	325 m	44,7	325 m	2,21
155 m	87,64	vir 155-150	2,70	345 m	45,2	345 m	2,19
vir -5+5	5,12	vir -5+5	1,95	375 m	45,3	375 m	2,22
175 m	99,72	175 m	1,66	395 m	45,0	395 m	2,20
195 m	111,88	195 m	1,64	425 m	44,9	425 m	2,17
200 m	115,05	vir 200-195	1,58	450 m	46,0	450 m	2,15
205 m	116,87	vir 205-200	2,75	475 m	44,9	475 m	2,20
vir -5+5	4,99	vir -5+5	2,00	495 m	44,9	495 m	2,24
225 m	129,04	225 m	1,64	525 m	45,0	525 m	2,15
245 m	141,12	245 m	1,66	545 m	45,5	545 m	2,21
250 m	144,38	vir 250-245	1,53	575 m	44,9	575 m	2,19
255 m	146,17	vir 255-250	2,79	595 m	45,5	595 m	2,14
vir -5+5	5,0	vir -5+5	1,98	625 m	45,1	625 m	2,17
275 m	158,36	275 m	1,64	645 m	45,3	645 m	2,20
295 m	170,41	295 m	1,66	675 m	44,9	675 m	2,18
300 m	173,55	vir 300-295	1,59	695 m	45,5	695 m	2,19
305 m	175,37	vir 305-300	2,75	725 m	45,6	725 m	2,15
vir -5+5	4,96	vir -5+5	2,02	745 m	45,2	745 m	2,21
325 m	187,55	325 m	1,64	775 m	45,0	775 m	2,18
345 m	199,68	345 m	1,65	795 m	44,8	795 m	2,20
350 m	202,77	vir 350-345	1,62	825 m	45,2	825 m	2,16
355 m	204,87	vir 355-350	2,38	845 m	44,7	845 m	2,21
vir -5+5	5,19	vir -5+5	1,93	875 m	44,7	875 m	2,18
375 m	216,77	375 m	1,68	895 m	45,1	895 m	2,22
395 m	228,9	395 m	1,65	925 m	44,9	925 m	2,18
400 m	232,02	vir 400-395	1,60	945 m	44,6	945 m	2,25
405 m	233,82	vir 405-400	2,78	975 m	44,4	975 m	2,22
vir -5+5	4,92	vir -5+5	2,03	995 m	44,8	995 m	2,23
425 m	246,12	425 m	1,63	1025 m	44,9	1025 m	2,19
445 m	258,02	445 m	1,68	1045 m	45,2	1045 m	2,21

445 m	256,02	445 m	1,06	1045 m	45,2	1045 m	2,21
450 m	261,28	vir 450-445	1,53	1075 m	45,3	1075 m	2,18
455 m	263,10	vir 455-450	2,75	1095 m	45,0	1095 m	2,20
vir -5+5	5,08	vir -5+5	1,97	1125 m	44,9	1125 m	2,17
475 m	275,27	475 m	1,64	1145 m	45,2	1145 m	2,24
495 m	287,23	495 m	1,67	1175 m	45,7	1175 m	2,16
500 m	290,48	vir 500-495	1,54	1195 m	45,5	1195 m	2,15
505 m	292,12	vir 505-500	3,05	1225 m	45,7	1225 m	2,13
vir -5+5	4,89	vir -5+5	2,04	1250 m	45,8	1250 m	2,17
525 m	304,50	525 m	1,62	1275 m	45,8	1275 m	2,19
545 m	316,42	545 m	1,68	1295 m	45,9	1295 m	2,19
550 m	319,72	vir 550-545	1,52	1325 m	45,2	1325 m	2,17
555 m	321,52	vir 555-550	2,78	1345 m	44,9	1345 m	2,23
vir -5+5	5,10	vir -5+5	1,96	1375 m	46,3	1375 m	2,16
575 m	333,70	575 m	1,64	1395 m	45,9	1395 m	2,15
595 m	345,84	595 m	1,65	1425 m	45,3	1425 m	2,19
600 m	348,96	vir 600-595	1,60	1445 m	45,6	1445 m	2,20
605 m	350,75	vir 605-600	2,79	1475 m	47,0	1475 m	2,20
vir -5+5	4,91	vir -5+5	2,04	1495 m	45,5	1495 m	2,28
625 m	363,01	625 m	1,63	media	45,07	media	2,20
645 m	375,06	645 m	1,66				
650 m	378,27	vir 650-645	1,56				
655 m	380,03	vir 655-650	2,84				
vir -5+5	4,97	vir -5+5	2,01				
675 m	392,30	675 m	1,63				
695 m	404,38	695 m	1,66				
700 m	407,54	vir 700-695	1,58				
705 m	409,29	vir 705-700	2,86				
vir -5+5	4,91	vir -5+5	2,04				
725 m	421,53	725 m	1,63				
745 m	433,55	745 m	1,66				
750m	436,78	vir 750-745	1,55				
755 m	438,61	vir 755-750	2,73				
vir -5+5	5,06	vir -5+5	1,98				
775 m	450,84	775 m	1,64				
795 m	463,03	795 m	1,64				
800 m	466,24	vir 800-795	1,56				
805 m	468,00	vir 805-800	2,84				
vir -5+5	4,97	vir -5+5	2,01				
825 m	480,27	825 m	1,63				
845 m	492,39	845 m	1,65				
850 m	495,62	vir 850-845	1,55				
855 m	497,36	vir 855-850	2,87				
vir -5+5	4,97	vir -5+5	2,01				
875 m	509,70	875 m	1,62				
895 m	521,72	895 m	1,66				
900 m	525,00	vir 900-895	1,52				
905 m	526,82	vir 905-900	2,75				
vir -5+5	5,10	vir -5+5	1,96				
925 m	539,08	925 m	1,63				
945 m	551,02	945 m	1,67				

945 m	551,03	945 m	1,67			
950 m	554,26	vir 950-945	1,55			
955 m	556,10	vir 955-950	2,72			
vir -5+5	5,07	vir -5+5	1,97			
975 m	568,27	975 m	1,64			
995 m	580,28	995 m	1,67			
1000 m	583,62	vir 1000-995	1,50			
1005 m	585,36	vir 1005-1000	2,87			
vir -5+5	5,08	vir -5+5	1,97			
1025 m	597,59	1025 m	1,64			
1045 m	609,59	1045 m	1,67			
1050 m	612,82	vir 1050-1045	1,55			
1055 m	614,63	vir 1055-1050	2,76			
vir -5+5	5,0	vir -5+5	1,98			
1075 m	626,78	1075 m	1,65			
1095 m	638,89	1095 m	1,65			
1100 m	642,09	vir 1100-1195	1,56			
1105 m	643,83	vir 1105-1100	2,87			
vir -5+5	4,94	vir -5+5	2,02			
1125 m	656,14	1125 m	1,62			
1145 m	668,01	1145 m	1,68			
1150 m	671,31	vir 1150-1145	1,52			
1155 m	673,11	vir 1155-1150	2,78			
vir -5+5	5,10	vir -5+5	1,96			
1175 m	685,27	1175 m	1,64			
1195 m	697,54	1195 m	1,63			
1200 m	700,57	vir 1200-1195	1,65			
1205 m	702,26	vir 1205-1200	2,96			
vir -5+5	4,72	vir -5+5	2,02			
1225 m	714,61	1225 m	1,62			
1245 m	726,70	1245 m	1,65			
1250 m	729,87	vir 1250-1245	1,58			
1255 m	731,79	vir 1255-1250	2,60			
vir -5+5	5,09	vir -5+5	1,96			
1275 m	743,78	1275 m	1,67			
1295 m	755,74	1295 m	1,67			
1300 m	758,97	vir 1300-1295	1,55			
1305 m	760,68	vir 1305-1300	2,92			
vir -5+5	4,94	vir -5+5	2,02			
1325 m	772,92	1325 m	1,63			
1345 m	784,93	1345 m	1,67			
1350 m	788,20	vir 1350-1345	1,53			
1355 m	790,00	vir 1355-1350	2,78			
vir -5+5	5,07	vir -5+5	1,97			
1375 m	802,03	1375 m	1,66			
1395 m	814,17	1395 m	1,65			
1400 m	817,35	vir 1400-1395	1,57			
1405 m	819,25	vir 1405-1400	2,63			
vir -5+5	5,08	vir -5+5	1,97			
1425 m	831,35	1425 m	1,65			
1445 m	843,20	1445 m	1,67			

1445 m	843,30	1445 m	1,07				
1450 m	846,38	vir 1450-1445	1,62				
1455 m	848,18	vir 1455-1450	2,78				
vir -5+5	4,88	vir -5+5	2,05				
1475 m	859,78	1475 m	1,72				
1495 m	871,37	1495 m	1,73				
last 5 m	2,67	last 5 m	1,87				
media vir	5,01	vel media	1,66				