

Distance à parcourir en 2 minutes en fonction de sa VMA et correspondance en km/h

VMA	vitesse en km	85%	vitesse en km	87,5%	vitesse en km	90%	vitesse en km	92%	vitesse en km	94%	vitesse en km	95%	vitesse en km	96%	vitesse en km	97%	vitesse en km	98%	vitesse en km	99%	vitesse en km	100%	vitesse en km	105%	vitesse en km	110%	vitesse en km	115%
7,5	6,4	213	6,6	219	6,8	225	6,9	230	7,0	233	7,1	238	7,2	240	7,3	243	7,4	245	7,4	248	7,5	250	7,9	263	8,3	275	8,6	288
8,0	6,8	227	7,0	233	7,2	240	7,4	245	7,4	248	7,6	253	7,7	256	7,8	259	7,8	261	7,9	264	8,0	267	8,4	280	8,8	293	9,2	307
8,5	7,2	241	7,4	248	7,7	255	7,8	261	7,9	264	8,1	269	8,2	272	8,2	275	8,3	278	8,4	281	8,5	283	8,9	298	9,4	312	9,8	326
9,0	7,7	255	7,9	263	8,1	270	8,3	276	8,4	279	8,6	285	8,6	288	8,7	291	8,8	294	8,9	297	9,0	300	9,5	315	9,9	330	10,4	345
9,5	8,1	269	8,3	277	8,6	285	8,7	291	8,8	295	9,0	301	9,1	304	9,2	307	9,3	310	9,4	314	9,5	317	10,0	333	10,5	348	10,9	364
10,0	8,5	283	8,8	292	9,0	300	9,2	307	9,3	310	9,5	317	9,6	320	9,7	323	9,8	327	9,9	330	10,0	333	10,5	350	11,0	367	11,5	383
10,5	8,9	298	9,2	306	9,5	315	9,7	322	9,8	326	10,0	333	10,1	336	10,2	340	10,3	343	10,4	347	10,5	350	11,0	368	11,6	385	12,1	403
11,0	9,4	312	9,6	321	9,9	330	10,1	337	10,2	341	10,5	348	10,6	352	10,7	356	10,8	359	10,9	363	11,0	367	11,6	385	12,1	403	12,7	422
11,5	9,8	326	10,1	335	10,4	345	10,6	353	10,7	357	10,9	364	11,0	368	11,2	372	11,3	376	11,4	380	11,5	383	12,1	403	12,7	422	13,2	441
12,0	10,2	340	10,5	350	10,8	360	11,0	368	11,2	372	11,4	380	11,5	384	11,6	388	11,8	392	11,9	396	12,0	400	12,6	420	13,2	440	13,8	460
12,5	10,6	354	10,9	365	11,3	375	11,5	383	11,6	388	11,9	396	12,0	400	12,1	404	12,3	408	12,4	413	12,5	417	13,1	438	13,8	458	14,4	479
13,0	11,1	368	11,4	379	11,7	390	12,0	399	12,1	403	12,4	412	12,5	416	12,6	420	12,7	425	12,9	429	13,0	433	13,7	455	14,3	477	15,0	498
13,5	11,5	383	11,8	394	12,2	405	12,4	414	12,6	419	12,8	428	13,0	432	13,1	437	13,2	441	13,4	446	13,5	450	14,2	473	14,9	495	15,5	518
14,0	11,9	397	12,3	408	12,6	420	12,9	429	13,0	434	13,3	443	13,4	448	13,6	453	13,7	457	13,9	462	14,0	467	14,7	490	15,4	513	16,1	537
14,5	12,3	411	12,7	423	13,1	435	13,3	445	13,5	450	13,8	459	13,9	464	14,1	469	14,2	474	14,4	479	14,5	483	15,2	508	16,0	532	16,7	556
15,0	12,8	425	13,1	438	13,5	450	13,8	460	14,0	465	14,3	475	14,4	480	14,6	485	14,7	490	14,9	495	15,0	500	15,8	525	16,5	550	17,3	575
15,5	13,2	439	13,6	452	14,0	465	14,3	475	14,4	481	14,7	491	14,9	496	15,0	501	15,2	506	15,3	512	15,5	517	16,3	543	17,1	568	17,8	594
16,0	13,6	453	14,0	467	14,4	480	14,7	491	14,9	496	15,2	507	15,4	512	15,5	517	15,7	523	15,8	528	16,0	533	16,8	560	17,6	587	18,4	613
16,5	14,0	468	14,4	481	14,9	495	15,2	506	15,3	512	15,7	523	15,8	528	16,0	534	16,2	539	16,3	545	16,5	550	17,3	578	18,2	605	19,0	633
17,0	14,5	482	14,9	496	15,3	510	15,6	521	15,8	527	16,2	538	16,3	544	16,5	550	16,7	555	16,8	561	17,0	567	17,9	595	18,7	623	19,6	652
17,5	14,9	496	15,3	510	15,8	525	16,1	537	16,3	543	16,6	554	16,8	560	17,0	566	17,2	572	17,3	578	17,5	583	18,4	613	19,3	642	20,1	671
18,0	15,3	510	15,8	525	16,2	540	16,6	552	16,7	558	17,1	570	17,3	576	17,5	582	17,6	588	17,8	594	18,0	600	18,9	630	19,8	660	20,7	690
18,5	15,7	524	16,2	540	16,7	555	17,0	567	17,2	574	17,6	586	17,8	592	17,9	598	18,1	604	18,3	611	18,5	617	19,4	648	20,4	678	21,3	709
19,0	16,2	538	16,6	554	17,1	570	17,5	583	17,7	589	18,1	602	18,2	608	18,4	614	18,6	621	18,8	627	19,0	633	20,0	665	20,9	697	21,9	728
19,5	16,6	553	17,1	569	17,6	585	17,9	598	18,1	605	18,5	618	18,7	624	18,9	631	19,1	637	19,3	644	19,5	650	20,5	683	21,5	715	22,4	748
20,0	17,0	567	17,5	583	18,0	600	18,4	613	18,6	620	19,0	633	19,2	640	19,4	647	19,6	653	19,8	660	20,0	667	21,0	700	22,0	733	23,0	767