

Track:  
400 [m]

Lane 1	Lane 2	Lane 3	Lane 4	Lane 5	Lane 6	Lane 7	Lane 8
400	407.7	415.3	423	430.7	438.3	446	453.7

Lap Splits

Goal Pace		Lane 1	Lane 2	Lane 3	Lane 4	Lane 5	Lane 6	Lane 7	Lane 8
2:30	4:01	1:00	1:01	1:02	1:03	1:05	1:06	1:07	1:08
2:35	4:09	1:02	1:03	1:04	1:06	1:07	1:08	1:09	1:10
2:40	4:17	1:04	1:05	1:06	1:08	1:09	1:10	1:11	1:13
2:45	4:25	1:06	1:07	1:09	1:10	1:11	1:12	1:14	1:15
2:50	4:34	1:08	1:09	1:11	1:12	1:13	1:15	1:16	1:17
2:55	4:42	1:10	1:11	1:13	1:14	1:15	1:17	1:18	1:19
3:00	4:50	1:12	1:13	1:15	1:16	1:18	1:19	1:20	1:22
3:05	4:58	1:14	1:15	1:17	1:18	1:20	1:21	1:23	1:24
3:10	5:06	1:16	1:17	1:19	1:20	1:22	1:23	1:25	1:26
3:15	5:14	1:18	1:19	1:21	1:22	1:24	1:25	1:27	1:28
3:20	5:22	1:20	1:22	1:23	1:25	1:26	1:28	1:29	1:31
3:25	5:30	1:22	1:24	1:25	1:27	1:28	1:30	1:31	1:33
3:30	5:38	1:24	1:26	1:27	1:29	1:30	1:32	1:34	1:35
3:35	5:46	1:26	1:28	1:29	1:31	1:33	1:34	1:36	1:38
3:40	5:54	1:28	1:30	1:31	1:33	1:35	1:36	1:38	1:40
3:45	6:02	1:30	1:32	1:33	1:35	1:37	1:39	1:40	1:42
3:50	6:10	1:32	1:34	1:36	1:37	1:39	1:41	1:43	1:44
3:55	6:18	1:34	1:36	1:38	1:39	1:41	1:43	1:45	1:47
4:00	6:26	1:36	1:38	1:40	1:42	1:43	1:45	1:47	1:49
4:05	6:34	1:38	1:40	1:42	1:44	1:46	1:47	1:49	1:51
4:10	6:42	1:40	1:42	1:44	1:46	1:48	1:50	1:51	1:53
4:15	6:50	1:42	1:44	1:46	1:48	1:50	1:52	1:54	1:56
4:20	6:58	1:44	1:46	1:48	1:50	1:52	1:54	1:56	1:58
4:25	7:06	1:46	1:48	1:50	1:52	1:54	1:56	1:58	2:00
4:30	7:14	1:48	1:50	1:52	1:54	1:56	1:58	2:00	2:02
4:35	7:22	1:50	1:52	1:54	1:56	1:58	2:01	2:03	2:05
4:40	7:31	1:52	1:54	1:56	1:58	2:01	2:03	2:05	2:07
4:45	7:39	1:54	1:56	1:58	2:01	2:03	2:05	2:07	2:09
4:50	7:47	1:56	1:58	2:00	2:03	2:05	2:07	2:09	2:12
4:55	7:55	1:58	2:00	2:03	2:05	2:07	2:09	2:12	2:14
5:00	8:03	2:00	2:02	2:05	2:07	2:09	2:11	2:14	2:16
5:05	8:11	2:02	2:04	2:07	2:09	2:11	2:14	2:16	2:18
5:10	8:19	2:04	2:06	2:09	2:11	2:14	2:16	2:18	2:21
5:15	8:27	2:06	2:08	2:11	2:13	2:16	2:18	2:20	2:23
5:20	8:35	2:08	2:10	2:13	2:15	2:18	2:20	2:23	2:25
5:25	8:43	2:10	2:12	2:15	2:17	2:20	2:22	2:25	2:27
5:30	8:51	2:12	2:15	2:17	2:20	2:22	2:25	2:27	2:30
5:35	8:59	2:14	2:17	2:19	2:22	2:24	2:27	2:29	2:32
5:40	9:07	2:16	2:19	2:21	2:24	2:26	2:29	2:32	2:34
5:45	9:15	2:18	2:21	2:23	2:26	2:29	2:31	2:34	2:37
5:50	9:23	2:20	2:23	2:25	2:28	2:31	2:33	2:36	2:39
5:55	9:31	2:22	2:25	2:27	2:30	2:33	2:36	2:38	2:41
6:00	9:39	2:24	2:27	2:30	2:32	2:35	2:38	2:41	2:43
6:05	9:47	2:26	2:29	2:32	2:34	2:37	2:40	2:43	2:46
6:10	9:55	2:28	2:31	2:34	2:37	2:39	2:42	2:45	2:48
6:15	10:03	2:30	2:33	2:36	2:39	2:41	2:44	2:47	2:50
6:20	10:11	2:32	2:35	2:38	2:41	2:44	2:47	2:49	2:52
6:25	10:19	2:34	2:37	2:40	2:43	2:46	2:49	2:52	2:55
6:30	10:28	2:36	2:39	2:42	2:45	2:48	2:51	2:54	2:57