

Average Wattage for 10Km TT

Watts	5%	10%	15%	20%	25%	30%	35%	40%
120	126	132	139	146	153	161	169	177
130	137	143	150	158	166	174	183	192
140	147	154	162	170	179	188	197	207
150	158	165	174	182	191	201	211	222
160	168	176	185	194	204	214	225	236
170	179	187	197	207	217	228	239	251
180	189	198	208	219	230	241	253	266
190	200	209	220	231	242	255	267	281
200	210	221	232	243	255	268	281	295
210	221	232	243	255	268	281	295	310
220	231	243	255	267	281	295	310	325
230	242	254	266	280	294	308	324	340
240	252	265	278	292	306	322	338	355
250	263	276	289	304	319	335	352	369
260	273	287	301	316	332	348	366	384
270	284	298	313	328	345	362	380	399
280	294	309	324	340	357	375	394	414
290	305	320	336	352	370	389	408	428
300	315	331	347	365	383	402	422	443
310	326	342	359	377	396	415	436	458
320	336	353	370	389	408	429	450	473
330	347	364	382	401	421	442	464	488
340	357	375	394	413	434	456	478	502
350	368	386	405	425	447	469	492	517