

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

حمل	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	4:33	5:57	12:01	4:20	6:08	7:30
2	4:30	5:55	12:01	4:21	6:10	7:31
3	4:29	5:53	12:00	4:22	6:10	7:32
4	4:28	5:52	12:00	4:23	6:11	7:32
5	4:26	5:50	12:00	4:23	6:12	7:33
6	4:24	5:49	12:00	4:24	6:13	7:34
7	4:23	5:48	11:59	4:24	6:13	7:35
8	4:21	5:46	11:59	4:25	6:14	7:36
9	4:20	5:45	11:59	4:25	6:15	7:37
10	4:18	5:44	11:58	4:26	6:16	7:37
11	4:17	5:42	11:58	4:26	6:17	7:38
12	4:15	5:41	11:58	4:27	6:17	7:39
13	4:14	5:39	11:57	4:28	6:18	7:40
14	4:12	5:38	11:57	4:29	6:19	7:41
15	4:11	5:37	11:57	4:30	6:20	7:42
16	4:11	5:37	11:57	4:31	6:20	7:43
17	4:08	5:34	11:56	4:31	6:21	7:44
18	4:06	5:33	11:56	4:31	6:22	7:45
19	4:05	5:31	11:56	4:31	6:23	7:46
20	4:03	5:30	11:55	4:31	6:24	7:47
21	4:02	5:29	11:55	4:31	6:24	7:48
22	4:00	5:27	11:55	4:32	6:25	7:49
23	3:58	5:26	11:54	4:32	6:26	7:50
24	3:57	5:25	11:54	4:32	6:27	7:51
25	3:55	5:23	11:54	4:32	6:27	7:52
26	3:54	5:22	11:54	4:33	6:28	7:53
27	3:52	5:21	11:53	4:33	6:29	7:54
28	3:51	5:20	11:53	4:34	6:30	7:55
29	3:49	5:18	11:53	4:35	6:31	7:56
30	3:48	5:17	11:53	4:35	6:31	7:57
31	3:46	5:16	11:53	4:35	6:32	7:58

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

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

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

جوزا	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	3:06	4:46	11:50	4:46	6:57	8:34
2	3:05	4:45	11:50	4:46	6:58	8:35
3	3:05	4:45	11:51	4:47	6:59	8:36
4	3:04	4:44	11:51	4:47	6:59	8:37
5	3:03	4:44	11:51	4:47	7:00	8:38
6	3:02	4:43	11:51	4:47	7:01	8:39
7	3:01	4:43	11:51	4:47	7:01	8:40
8	3:01	4:43	11:51	4:47	7:02	8:41
9	3:00	4:42	11:51	4:47	7:03	8:42
10	2:59	4:41	11:52	4:48	7:04	8:43
11	2:59	4:41	11:52	4:48	7:04	8:44
12	2:58	4:41	11:52	4:48	7:04	8:45
13	2:58	4:41	11:52	4:48	7:06	8:46
14	2:57	4:40	11:52	4:48	7:06	8:47
15	2:57	4:40	11:52	4:49	7:07	8:48
16	2:57	4:40	11:53	4:49	7:07	8:49
17	2:56	4:40	11:53	4:49	7:08	8:50
18	2:56	4:40	11:53	4:49	7:08	8:51
19	2:56	4:40	11:53	4:50	7:09	8:51
20	2:55	4:40	11:54	4:50	7:10	8:52
21	2:55	4:40	11:54	4:51	7:10	8:52
22	2:55	4:40	11:54	4:51	7:10	8:52
23	2:55	4:40	11:54	4:52	7:10	8:53
24	2:55	4:40	11:54	4:53	7:10	8:54
25	2:55	4:40	11:54	4:53	7:11	8:54
26	2:55	4:40	11:55	4:54	7:11	8:54
27	2:55	4:40	11:55	4:54	7:11	8:55
28	2:55	4:40	11:55	4:55	7:12	8:55
29	2:55	4:40	11:55	4:56	7:12	8:55
30	2:55	4:40	11:55	4:57	7:12	8:55
31	2:56	4:40	11:55	4:57	7:13	8:55

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

سرطان	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	2:56	4:41	11:56	4:57	7:13	8:56
2	2:56	4:41	11:56	4:57	7:13	8:56
3	2:56	4:41	11:56	4:57	7:13	8:56
4	2:57	4:41	11:57	4:58	7:13	8:56
5	2:57	4:42	11:57	4:58	7:13	8:56
6	2:58	4:42	11:57	4:58	7:13	8:56
7	2:58	4:42	11:57	4:58	7:13	8:56
8	2:59	4:43	11:57	4:58	7:13	8:56
9	3:00	4:43	11:57	4:58	7:13	8:56
10	3:01	4:44	11:58	4:58	7:13	8:56
11	3:01	4:44	11:58	4:58	7:13	8:56
12	3:02	4:44	11:58	4:58	7:13	8:55
13	3:03	4:45	11:58	4:59	7:13	8:55
14	3:04	4:45	11:58	4:59	7:13	8:55
15	3:04	4:46	11:58	4:59	7:13	8:54
16	3:05	4:46	11:59	4:59	7:13	8:54
17	3:06	4:47	11:59	4:59	7:12	8:54
18	3:07	4:47	11:59	4:58	7:12	8:53
19	3:08	4:48	11:59	4:58	7:12	8:52
20	3:09	4:49	11:59	4:58	7:12	8:52
21	3:09	4:49	11:59	4:58	7:11	8:51
22	3:09	4:50	11:59	4:58	7:11	8:50
23	3:10	4:50	12:00	4:58	7:11	8:50
24	3:11	4:51	12:00	4:58	7:10	8:49
25	3:11	4:52	12:00	4:58	7:10	8:48
26	3:13	4:52	12:00	4:58	7:10	8:48
27	3:13	4:53	12:00	4:57	7:09	8:47
28	3:14	4:54	12:00	4:57	7:08	8:46
29	3:15	4:54	12:00	4:57	7:08	8:45
30	3:16	4:55	12:00	4:56	7:07	8:44
31	3:17	4:56	12:00	4:56	7:07	8:43

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

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

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

سنبه	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	3:51	5:19	11:57	4:37	6:36	8:02
2	3:52	5:20	11:56	4:36	6:34	8:00
3	3:53	5:20	11:56	4:36	6:33	7:59
4	3:54	5:21	11:56	4:35	6:32	7:57
5	3:55	5:22	11:55	4:35	6:30	7:56
6	3:57	5:23	11:55	4:34	6:29	7:54
7	3:57	5:23	11:55	4:33	6:28	7:53
8	3:59	5:23	11:55	4:33	6:28	7:53
9	3:59	5:25	11:54	4:32	6:25	7:50
10	4:00	5:26	11:54	4:31	6:24	7:48
11	4:02	5:27	11:54	4:31	6:23	7:46
12	4:03	5:28	11:53	4:30	6:21	7:45
13	4:03	5:28	11:53	4:29	6:20	7:43
14	4:04	5:29	11:53	4:28	6:18	7:42
15	4:05	5:30	11:52	4:28	6:17	7:40
16	4:06	5:30	11:52	4:27	6:16	7:39
17	4:07	5:31	11:52	4:26	6:14	7:37
18	4:08	5:32	11:51	4:25	6:13	7:35
19	4:09	5:33	11:51	4:24	6:11	7:34
20	4:10	5:33	11:51	4:22	6:10	7:32
21	4:10	5:34	11:50	4:20	6:09	7:31
22	4:10	5:34	11:50	4:19	6:07	7:29
23	4:12	5:35	11:50	4:18	6:07	7:29
24	4:13	5:36	11:49	4:17	6:04	7:26
25	4:14	5:37	11:49	4:16	6:03	7:25
26	4:15	5:37	11:48	4:14	6:02	7:23
27	4:16	5:38	11:48	4:12	6:00	7:21
28	4:16	5:39	11:48	4:10	5:59	7:20
29	4:17	5:40	11:47	4:09	5:57	7:18
30	4:18	5:40	11:47	4:08	5:56	7:17
31	4:18	5:40	11:47	4:06	5:54	7:15

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

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

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

عقرب	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	4:42	6:04	11:38	3:30	5:13	6:34
2	4:43	6:05	11:38	3:30	5:12	6:33
3	4:44	6:06	11:38	3:28	5:11	6:32
4	4:44	6:07	11:38	3:28	5:10	6:31
5	4:45	6:08	11:38	3:28	5:09	6:30
6	4:45	6:08	11:38	3:26	5:09	6:30
7	4:47	6:08	11:38	3:26	5:07	6:28
8	4:49	6:10	11:37	3:24	5:06	6:26
9	4:50	6:12	11:37	3:24	5:04	6:25
10	4:51	6:13	11:37	3:22	5:03	6:24
11	4:51	6:14	11:37	3:22	5:02	6:23
12	4:52	6:15	11:37	3:20	5:00	6:22
13	4:53	6:16	11:37	3:20	4:59	6:22
14	4:54	6:17	11:37	3:18	4:58	6:21
15	4:55	6:18	11:37	3:18	4:58	6:21
16	4:55	6:19	11:38	3:17	4:57	6:20
17	4:56	6:20	11:38	3:17	4:55	6:20
18	4:57	6:21	11:38	3:15	4:55	6:19
19	4:57	6:22	11:38	3:15	4:54	6:18
20	4:59	6:22	11:38	3:14	4:53	6:18
21	5:00	6:24	11:38	3:14	4:53	6:17
22	5:00	6:25	11:38	3:13	4:52	6:17
23	5:01	6:26	11:38	3:13	4:51	6:16
24	5:02	6:27	11:39	3:12	4:51	6:16
25	5:03	6:28	11:39	3:12	4:50	6:15
26	5:04	6:29	11:39	3:11	4:50	6:15
27	5:04	6:30	11:39	3:11	4:49	6:15
28	5:05	6:31	11:40	3:11	4:48	6:14
29	5:06	6:32	11:40	3:10	4:48	6:14
30	5:07	6:33	11:40	3:10	4:48	6:14
31						

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

قوس	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	5:06	6:33	11:40	3:09	4:48	6:14
2	5:07	6:33	11:40	3:09	4:48	6:14
3	5:08	6:34	11:41	3:08	4:48	6:13
4	5:08	6:35	11:41	3:08	4:47	6:13
	5:08	6:35	11:41	3:08	4:47	6:13
5	5:10	6:35	11:41	3:07	4:47	6:13
6	5:11	6:37	11:42	3:07	4:47	6:12
7	5:12	6:38	11:42	3:07	4:46	6:12
8	5:13	6:39	11:43	3:07	4:46	6:12
9	5:14	6:41	11:43	3:07	4:46	6:12
10	5:15	6:42	11:43	3:07	4:46	6:12
11	5:15	6:42	11:44	3:07	4:46	6:12
12	5:16	6:43	11:44	3:07	4:46	6:12
13	5:17	6:44	11:45	3:07	4:46	6:12
14	5:18	6:45	11:45	3:07	4:46	6:12
15	5:18	6:47	11:45	3:07	4:46	6:12
16	5:19	6:47	11:46	3:07	4:46	6:12
17	5:20	6:48	11:46	3:08	4:46	6:13
18	5:20	6:48	11:46	3:08	4:47	6:13
19	5:21	6:50	11:47	3:08	4:47	6:13
20	5:22	6:50	11:48	3:08	4:48	6:13
21	5:22	6:50	11:48	3:08	4:48	6:14
22	5:23	6:51	11:49	3:08	4:48	6:14
23	5:23	6:52	11:49	3:09	4:49	6:14
24	5:24	6:52	11:50	3:09	4:49	6:14
25	5:25	6:53	11:50	3:09	4:49	6:15
26	5:26	6:54	11:51	3:10	4:49	6:15
27	5:26	6:54	11:51	3:10	4:50	6:16
28	5:27	6:55	11:52	3:11	4:50	6:16
29	5:27	6:55	11:52	3:11	4:50	6:17
30	5:27	6:56	11:52			

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

جدي	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	5:27	6:56	11:52	3:12	4:50	6:19
2	5:27	6:56	11:53	3:12	4:51	6:20
3	5:28	6:56	11:53	3:14	4:52	6:21
4	5:28	6:57	11:54	3:14	4:52	6:22
5	5:28	6:57	11:54	3:15	4:53	6:24
6	5:29	6:58	11:55	3:15	4:54	6:24
7	5:29	6:58	11:55	3:16	4:55	6:25
8	5:30	6:59	11:56	3:16	4:55	6:26
9	5:31	7:00	11:57	3:17	4:57	6:27
10	5:31	7:00	11:58	3:17	4:58	6:27
11	5:31	7:00	11:58	3:17	4:58	6:28
12	5:31	7:00	11:59	3:17	4:59	6:29
13	5:31	7:00	11:59	3:19	5:00	6:30
14	5:31	7:00	11:59	3:19	5:01	6:31
15	5:31	7:00	12:00	3:20	5:02	6:31
16	5:32	7:00	12:00	3:20	5:03	6:32
17	5:32	7:00	12:01	3:22	5:03	6:33
18	5:32	7:00	12:01	3:22	5:04	6:34
19	5:32	7:00	12:01	3:24	5:04	6:34
20	5:32	7:00	12:02	3:24	5:06	6:35
21	5:32	7:00	12:02	3:25	5:07	6:35
22	5:32	6:59	12:03	3:26	5:08	6:36
23	5:32	6:59	12:03	3:27	5:09	6:37
24	5:32	6:59	12:04	3:27	5:10	6:37
25	5:31	6:59	12:04	3:29	5:11	6:38
26	5:31	6:58	12:04	3:29	5:12	6:38
27	5:31	6:58	12:05	3:31	5:13	6:38
28	5:31	6:58	12:05	3:31	5:13	6:39
29	5:31	6:58	12:05	3:32	5:14	6:39
30	5:31	6:58	12:05	3:32	5:14	6:39
31						

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

دلو	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	5:31	6:58	12:06	3:35	5:18	6:40
2	5:30	6:57	12:06	3:35	5:18	6:40
3	5:30	6:57	12:07	3:36	5:19	6:41
4	5:29	6:56	12:07	3:36	5:20	6:42
5	5:29	6:56	12:07	3:39	5:21	6:43
6	5:28	6:55	12:07	3:39	5:22	6:44
7	5:28	6:55	12:07	3:41	5:23	6:45
8	5:28	6:54	12:08	3:41	5:24	6:46
9	5:27	6:54	12:08	3:43	5:24	6:47
10	5:27	6:53	12:08	3:43	5:25	6:47
11	5:26	6:53	12:08	3:44	5:26	6:48
12	5:25	6:52	12:08	3:46	5:26	6:49
13	5:25	6:51	12:08	3:46	5:27	6:50
14	5:24	6:50	12:08	3:47	5:28	6:51
15	5:23	6:50	12:08	3:48	5:29	6:52
16	5:23	6:49	12:08	3:49	5:29	6:52
17	5:22	6:49	12:08	3:50	5:31	6:54
18	5:21	6:47	12:08	3:51	5:32	6:54
19	5:21	6:46	12:08	3:52	5:33	6:55
20	5:20	6:46	12:08	3:53	5:35	6:56
21	5:19	6:45	12:08	3:54	5:36	6:57
22	5:18	6:45	12:08	3:55	5:37	6:58
23	5:17	6:44	12:08	3:56	5:38	6:59
24	5:16	6:43	12:08	3:57	5:39	7:00
25	5:15	6:42	12:08	3:58	5:39	7:00
26	5:15	6:41	12:08	3:59	5:40	7:01
27	5:14	6:40	12:08	3:59	5:42	7:02
28	5:13	6:39	12:08	3:59	5:43	7:03
29	5:12	6:38	12:08	4:01	5:43	7:04
30	5:11	6:37	12:08	4:01	5:43	7:05
31						

جدول اوقات نماز های پنجگانه نواحی شهر کابل سال 1400 هـ . ش

حوت	صبح صادق	طلوع آفتاب	زوال (دخول ظهر)	عصر	مغرب	عشاء
1	5:11	6:35	12:07	4:02	5:43	7:05
2	5:08	6:32	12:07	4:03	5:45	7:06
3	5:07	6:31	12:07	4:04	5:46	7:07
4	5:06	6:30	12:07	4:05	5:47	7:08
5	5:05	6:29	12:07	4:06	5:48	7:09
6	5:03	6:28	12:07	4:07	5:49	7:10
7	5:02	6:26	12:07	4:08	5:50	7:11
8	5:00	6:25	12:07	4:08	5:51	7:11
9	4:59	6:24	12:06	4:09	5:52	7:12
10	4:58	6:23	12:06	4:09	5:53	7:13
11	4:57	6:21	12:06	4:10	5:54	7:14
12	4:56	6:20	12:06	4:10	5:55	7:15
13	4:54	6:19	12:06	4:10	5:56	7:16
14	4:53	6:18	12:06	4:11	5:57	7:16
15	4:52	6:16	12:05	4:11	5:57	7:16
16	4:50	6:15	12:05	4:12	5:58	7:17
17	4:49	6:14	12:05	4:13	5:59	7:18
18	4:48	6:12	12:05	4:13	6:00	7:19
19	4:46	6:11	12:04	4:14	6:01	7:20
20	4:45	6:10	12:04	4:14	6:02	7:21
21	4:43	6:08	12:04	4:15	6:02	7:22
22	4:42	6:07	12:04	4:15	6:02	7:23
23	4:41	6:06	12:03	4:16	6:03	7:24
24	4:39	6:04	12:03	4:16	6:04	7:25
25	4:38	6:03	12:03	4:18	6:05	7:26
26	4:36	6:02	12:03	4:18	6:06	7:27
27	4:35	6:00	12:02	4:19	6:06	7:28
28	4:33	5:59	12:02	4:19	6:07	7:29
29	4:33	5:57	12:02	4:20	6:08	7:30
30						
31						