Animation Timing Chart

Seconds	Frames	Moves
	Single-Frame	Double-Frame
	On "Ones"	On "Twos"
		Move One, Hold One
1/24	1	
1/12	2	1
1/4	6	3
1/2	12	6
3/4	18	9
1	24	12
2	48	24
3	72	36
4	96	48
5	120	60
6	144	72
7	168	84
8	192	96
9	216	108
10	240	120
11	264	132
12	288	144
13	312	156
14	336	168
15	360	180
16	384	192
17	408	204
18	432	216
19	456	228
20	480	240
21	504	252
22	528	264
23	552	276
24	576	288
25	600	300
26	624	312
27	648	324
28	672	336
29	696	348
30	720	360
60	1440	720