

Element	Stage																													
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII	XVIII	XIX	XX	XXI	XXII	XXIII	XXIV	XXV	XXVI	XXVII	XXVIII	XXIX	XXX
H	25																													
He	49	25																												
C	42	204	20	331	49	25																								
N	50	58	204	20	268	49	25																							
O	7	35	46	204	166	268	49	25																						
Ne		138	86	22	49	204	46	243	49	36																				
Na		209	195	10	13	20	204	10	204	49	25																			
Mg		161	209	195	86	72	46	204	108	243	49	25																		
Al		20	161	209	195	10	15	20	204	10	243	49	25																	
Si		29	20	161	209	195	86	72	46	204	92	243	49	25																
P					161	209	3	10	15	20	204	10	204	45	25															
S	60	70	53	52	16	161	209	195	86	72	72	204	92	243	49	25														
Cl		5	5	5						10	15	20	204	10	204	49	25													
Ar			5	30	5		16	161	209	195	86	72	15	204	92	243	49	25												
K					5	5			161	209	3	10	15	20	204	10	204	49	25											
Ca		41			5	5	27	40	283	161	209	195	86	91	46	204	92	243	49	25										
Ti										16	161	209	3	10	72	20	15	10	20											
Cr							13	31	48				16	161	209	3	10	15	20	204	10	243	49							
Mn								13	31	48					161	209	3	10	15	20	204	10	204							
Fe		142	322	37	34	96	9	536	915	552	996	912	749	739	283	161	267	337	636	375	620	548	196	243	49	25				
Co																	161	209	3	10	15	20	204	10	204					
Ni		17									599	31	48	143	483	40	159	161	209	195	58	15	20	204	92	243	49	25		
Zn																				161	209		10	72	20		10	243	49	64