

Table T004-F

Mondays to Saturdays

17 May to 11 December

Romford - Upminster

Miles		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
0	Romford	d	06 11	06 41	07 11	07 41	08 11	08 41	09 11	09 41	10 11	10 41	11 11	11 41	12 11	12 41	13 11	13 41	14 11	14 41	15 11	15 41	16 11	16 41	17 11	17 41	18 11	18 41
2	Emerson Park	d	06 16	06 46	07 16	07 46	08 16	08 46	09 16	09 46	10 16	10 46	11 16	11 46	12 16	12 46	13 16	13 46	14 16	14 46	15 16	15 46	16 16	16 46	17 16	17 46	18 16	18 46
3½	Upminster	⊖ a	06 20	06 50	07 20	07 50	08 20	08 50	09 20	09 50	10 20	10 50	11 20	11 50	12 20	12 50	13 20	13 50	14 20	14 50	15 20	15 50	16 20	16 50	17 20	17 50	18 20	18 50

		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
Romford	d	16 41	17 11	17 41	18 11	18 41	19 11	19 41	20 11	20 41	21 11	21 41	22 11	22 41	23 11	23 41	24 11	24 41	25 11	25 41	26 11	26 41	27 11	27 41	28 11	28 41	29 11	29 41
Emerson Park	d	16 46	17 16	17 46	18 16	18 46	19 16	19 46	20 16	20 46	21 16	21 46	22 16	22 46	23 16	23 46	24 16	24 46	25 16	25 46	26 16	26 46	27 16	27 46	28 16	28 46	29 16	29 46
Upminster	⊖ a	16 50	17 20	17 50	18 20	18 50	19 20	19 50	20 20	20 50	21 20	21 50	22 20	22 50	23 20	23 50	24 20	24 50	25 20	25 50	26 20	26 50	27 20	27 50	28 20	28 50	29 20	29 50

Sundays

16 May to 5 December

		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
Romford	d	08 41	09 11	09 41	10 11	10 41	11 11	11 41	12 11	12 41	13 11	13 41	14 11	14 41	15 11	15 41	16 11	16 41	17 11	17 41	18 11	18 41	19 11	19 41	20 11	20 41	21 11	21 41
Emerson Park	d	08 46	09 16	09 46	10 16	10 46	11 16	11 46	12 16	12 46	13 16	13 46	14 16	14 46	15 16	15 46	16 16	16 46	17 16	17 46	18 16	18 46	19 16	19 46	20 16	20 46	21 16	21 46
Upminster	⊖ a	08 50	09 20	09 50	10 20	10 50	11 20	11 50	12 20	12 50	13 20	13 50	14 20	14 50	15 20	15 50	16 20	16 50	17 20	17 50	18 20	18 50	19 20	19 50	20 20	20 50	21 20	21 50

		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
Romford	d	19 41	20 11	20 41	21 11	21 41	22 11	22 41	23 11	23 41	24 11	24 41	25 11	25 41	26 11	26 41	27 11	27 41	28 11	28 41	29 11	29 41	30 11	30 41	31 11	31 41	01 11	01 41
Emerson Park	d	19 46	20 16	20 46	21 16	21 46	22 16	22 46	23 16	23 46	24 16	24 46	25 16	25 46	26 16	26 46	27 16	27 46	28 16	28 46	29 16	29 46	30 16	30 46	31 16	31 46	01 16	01 46
Upminster	⊖ a	19 50	20 20	20 50	21 20	21 50	22 20	22 50	23 20	23 50	24 20	24 50	25 20	25 50	26 20	26 50	27 20	27 50	28 20	28 50	29 20	29 50	30 20	30 50	31 20	31 50	01 20	01 50

Table T004-R

Mondays to Saturdays

17 May to 11 December

Upminster - Romford

Miles		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO			
0	Upminster.....	⊖ d	06 25	06 55	07 25	07 55	08 25	08 55	09 25	09 55	10 25	10 55	11 25	11 55	12 25	12 55	13 25	13 55	14 25	14 55	15 25	15 55	16 25
1½	Emerson Park.....	d	06 29	06 59	07 29	07 59	08 29	08 59	09 29	09 59	10 29	10 59	11 29	11 59	12 29	12 59	13 29	13 59	14 29	14 59	15 29	15 59	16 29
3½	Romford.....	a	06 34	07 04	07 34	08 04	08 34	09 04	09 34	10 04	10 34	11 04	11 34	12 04	12 34	13 04	13 34	14 04	14 34	15 04	15 34	16 04	16 34

		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
Upminster.....	⊖ d	16 55	17 25	17 55	18 25	18 55	19 25	19 55	20 25	20 55	21 25	21 55
Emerson Park.....	d	16 59	17 29	17 59	18 29	18 59	19 29	19 59	20 29	20 59	21 29	21 59
Romford.....	a	17 04	17 34	18 04	18 34	19 04	19 34	20 04	20 34	21 04	21 34	22 04

Sundays

16 May to 5 December

		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
Upminster.....	⊖ d	08 55	09 25	09 55	10 25	10 55	11 25	11 55	12 25	12 55	13 25	13 55	14 25	14 55	15 25	15 55	16 25	16 55	17 25	17 55	18 25	18 55	19 25
Emerson Park.....	d	08 59	09 29	09 59	10 29	10 59	11 29	11 59	12 29	12 59	13 29	13 59	14 29	14 59	15 29	15 59	16 29	16 59	17 29	17 59	18 29	18 59	19 29
Romford.....	a	09 04	09 34	10 04	10 34	11 04	11 34	12 04	12 34	13 04	13 34	14 04	14 34	15 04	15 34	16 04	16 34	17 04	17 34	18 04	18 34	19 04	19 34

		LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO	LO
Upminster.....	⊖ d	19 55
Emerson Park.....	d	19 59
Romford.....	a	20 04