

Thursday and Friday 4th/5th April 2024 on track

	<b>Group 1</b>	<b>Group 1</b>	<b>Group 1</b>	<b>Group 1</b>	
	<b>Ted</b>	<b>Max</b>	<b>Jordan</b>	<b>Matt</b>	
	<b>Higgins</b>	<b>Selby</b>	<b>Chambers</b>	<b>Dubery</b>	
<b>Tempo</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>	
	<b>4.59</b>	<b>4.59</b>	<b>5.01</b>	<b>4.44</b>	
<b>Recovery</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>	
<b>1</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	
<b>2</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	
<b>3</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	
<b>4</b>	<b>67</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	
<b>5</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	
<b>6</b>	<b>66</b>	<b>65</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	
<b>7</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	
<b>8</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>67</b>	
<b>9</b>	<b>67</b>	<b>66</b>	<b>68</b>	<b>67</b>	
<b>10</b>	<b>67</b>	<b>66</b>	<b>68</b>	<b>66</b>	
<b>11</b>	<b>66</b>	<b>toilet (3min)</b>	<b>68</b>	<b>67</b>	
<b>12</b>	<b>67</b>	<b>66</b>	<b>67</b>	<b>66</b>	
		<b>64</b>			
<b>Recovery</b>	<b>5min</b>	<b>5min</b>	<b>5min</b>	<b>5min</b>	
<b>400m</b>	<b>57.1</b>	<b>57.1</b>	<b>52.8</b>	<b>63.9</b>	
<b>200m</b>		<b>26.6</b>			
<b>Comment</b>					
	<b>Group 2</b>	<b>Group 2</b>	<b>Group 2</b>	<b>Group 2</b>	<b>Group 2</b>
	<b>Matthew</b>	<b>Isaac</b>	<b>Ethan</b>	<b>George</b>	<b>Joseph</b>
	<b>Taylor</b>	<b>Arnott</b>	<b>Rocks</b>	<b>Hopkins</b>	<b>Hunt</b>
<b>Tempo</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>	<b>1600m</b>
	<b>5.13</b>	<b>5.05</b>	<b>5.11</b>	<b>5.11</b>	<b>5.11</b>
<b>Recovery</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>	<b>3 mins</b>
<b>1</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>
<b>2</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>3</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>67</b>
<b>4</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>70</b>	<b>71</b>
<b>5</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>71</b>
<b>6</b>	<b>70</b>	<b>69</b>	<b>70</b>	<b>69</b>	<b>69</b>
<b>7</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>
<b>8</b>	<b>69</b>	<b>67</b>	<b>70</b>	<b>67</b>	<b>66</b>
<b>9</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>72</b>	<b>70</b>	<b>70</b>
<b>10</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>73</b>	<b>68</b>	<b>66</b>
<b>11</b>	<b>69</b>	<b>69</b>	<b>70</b>	<b>68</b>	<b>66</b>
<b>12</b>	<b>70</b>	<b>72</b>	<b>76</b>	<b>68</b>	<b>67</b>
<b>13</b>	<b>69</b>	<b>5 mins</b>	<b>5 mins</b>	<b>5 mins</b>	<b>5 mins</b>
<b>14</b>	<b>70</b>	<b>62.8</b>	<b>55.0</b>	<b>58.8</b>	<b>55.1</b>
<b>15</b>	<b>70</b>				
<b>16</b>	<b>68</b>				
<b>Comment</b>	<b>x 16</b>				