

Table T004-F

Mondays to Saturdays

18 May to 12 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
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
2	Emerson Park	d 06 15	06 45	07 15	07 45	08 15	08 45	09 15	09 45	10 15	10 45	11 15	11 45	12 15	12 45	13 15	13 45	14 15	14 45	15 15	15 45	16 15
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

		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										
Emerson Park	d	16 45	17 15	17 45	18 15	18 45	19 15	19 45	20 15	20 45	21 15	21 45										
Upminster.....	⊖ a	16 50	17 20	17 50	18 20	18 50	19 20	19 50	20 20	20 50	21 20	21 50										

Sundays

17 May to 6 December

		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
Emerson Park	d	08 45	09 15	09 45	10 15	10 45	11 15	11 45	12 15	12 45	13 15	13 45	14 15	14 45	15 15	15 45	16 15	16 45	17 15	17 45	18 15	18 45	19 15
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

		LO																				
Romford	d	19 41																				
Emerson Park	d	19 45																				
Upminster.....	⊖ a	19 50																				

Table T004-R

Mondays to Saturdays

18 May to 12 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 24	06 54	07 24	07 54	08 24	08 54	09 24	09 54	10 24	10 54	11 24	11 54	12 24	12 54	13 24	13 54	14 24	14 54	15 24	15 54	16 24
1½	Emerson Park.....	d	06 28	06 58	07 28	07 58	08 28	08 58	09 28	09 58	10 28	10 58	11 28	11 58	12 28	12 58	13 28	13 58	14 28	14 58	15 28	15 58	16 28
3½	Romford.....	a	06 33	07 03	07 33	08 03	08 33	09 03	09 33	10 03	10 33	11 03	11 33	12 03	12 33	13 03	13 33	14 03	14 33	15 03	15 33	16 03	16 33

		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 54	17 24	17 54	18 24	18 54	19 24	19 54	20 24	20 54	21 24	21 54
Emerson Park.....	d	16 58	17 28	17 58	18 28	18 58	19 28	19 58	20 28	20 58	21 28	21 58
Romford.....	a	17 03	17 33	18 03	18 33	19 03	19 33	20 03	20 33	21 03	21 33	22 03

Sundays

17 May to 6 December

		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 54	09 24	09 54	10 24	10 54	11 24	11 54	12 24	12 54	13 24	13 54	14 24	14 54	15 24	15 54	16 24	16 54	17 24	17 54	18 24	18 54	19 24
Emerson Park.....	d	08 58	09 28	09 58	10 28	10 58	11 28	11 58	12 28	12 58	13 28	13 58	14 28	14 58	15 28	15 58	16 28	16 58	17 28	17 58	18 28	18 58	19 28
Romford.....	a	09 03	09 33	10 03	10 33	11 03	11 33	12 03	12 33	13 03	13 33	14 03	14 33	15 03	15 33	16 03	16 33	17 03	17 33	18 03	18 33	19 03	19 33

		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 54
Emerson Park.....	d	19 58
Romford.....	a	20 03