

AUCKLAND SPRING 2016 - RELAYS

First Name	Last Name	First 5k TT	1min @ VO2Max Pace		
			VO2Max Pace (min/km)	VO2Max Turnaround (metres)	Total Distance (metres)
Aidan	Potter	22:03	4:00	120	240
Alisa	Bennett		#N/A	#N/A	#N/A
Allan	Janes	19:04	3:32	140	280
Aly	Craigie	23:20	4:14	120	240
Amy	Cunningham	25:52	4:39	110	220
Amy	Lamont	25:16	4:33	110	220
Andrew	Capel	22:32	4:05	120	240
Anja	Borchardt	30:00	5:20	90	180
Anne	Corbett		#N/A	#N/A	#N/A
Aurelie	Desjardins	23:23	4:15	120	240
Brendon	Johnston	21:01	3:51	130	260
Brigid	Du Burgess	23:09	4:12	120	240
Bryony	Botting	23:49	4:18	120	240
Cameron	Smithson	27:55	4:59	100	200
Carly	Harker		#N/A	#N/A	#N/A
Casey	Armstrong	23:53	4:19	120	240
Catherine	Orford	23:48	4:18	120	240
Darryl	King		#N/A	#N/A	#N/A
Dave	Nunez	20:37	3:47	130	260
David	Fothergill	22:58	4:10	120	240
Emily	Reeves		#N/A	#N/A	#N/A
Emma	Baker		#N/A	#N/A	#N/A
Esther	Bowe		#N/A	#N/A	#N/A
Eva	Sutherland	24:55	4:30	110	220
Gah	Chan		#N/A	#N/A	#N/A
Gareth	Evans	27:13	4:53	100	200
Hamish	McGuire	23:59	4:20	120	240
Hilary	Fowler	25:29	4:35	110	220
Jaclyn	Lee	24:30	4:26	110	220
Jo	Hartley		#N/A	#N/A	#N/A
Jonathan	Drake	19:54	3:40	140	280
Julie	Moon		#N/A	#N/A	#N/A
Justin	Gregory		#N/A	#N/A	#N/A
Kirsten	McNee	27:54	4:59	100	200
Leroy	Golaboski	23:03	4:11	120	240
Lucy	Mills	24:50	4:29	110	220
Margaret	Reid	28:40	5:06	100	200
Mark	Traveller		#N/A	#N/A	#N/A
Martin	Searle	19:18	3:34	140	280

			1min @ VO2Max Pace		
First Name	Last Name	First 5k TT	VO2Max Pace (min/km)	VO2Max Turnaround (metres)	Total Distance (metres)
Mary	Goldfinch		#N/A	#N/A	#N/A
Michael	Jenkinson	25:28	4:35	110	220
Nathan	Telford		#N/A	#N/A	#N/A
Nicole	Archer	23:43	4:18	120	240
Penny	Johnstone	26:59	4:51	100	200
Rebecca	Dow	26:54	4:50	100	200
Samantha	Mildon		#N/A	#N/A	#N/A
Sanchia	Kumalija	27:21	4:54	100	200
Sarah	van Boheem	29:04	5:10	100	200
Sarah	Sinclair	24:17	4:23	110	220
Sarah	Whitehouse	28:40	5:06	100	200
Saskia	Batelaan		#N/A	#N/A	#N/A
Stephen	Campbell		#N/A	#N/A	#N/A
Steven	Mcclory	22:08	4:01	120	240
Susie	Hyatt	25:52	4:39	110	220
Suzanne	Jeffels	26:58	4:50	100	200
Tony	Sutherland	25:45	4:38	110	220
Tracey	Lee	29:47	5:17	90	180
Valerie	Smith	32:49	5:47	90	180
First Name	Last Name	First 5k TT	VO2Max Pace (min/km)	VO2Max Turnaround (metres)	Total Distance (metres)
1min @ VO2Max Pace					