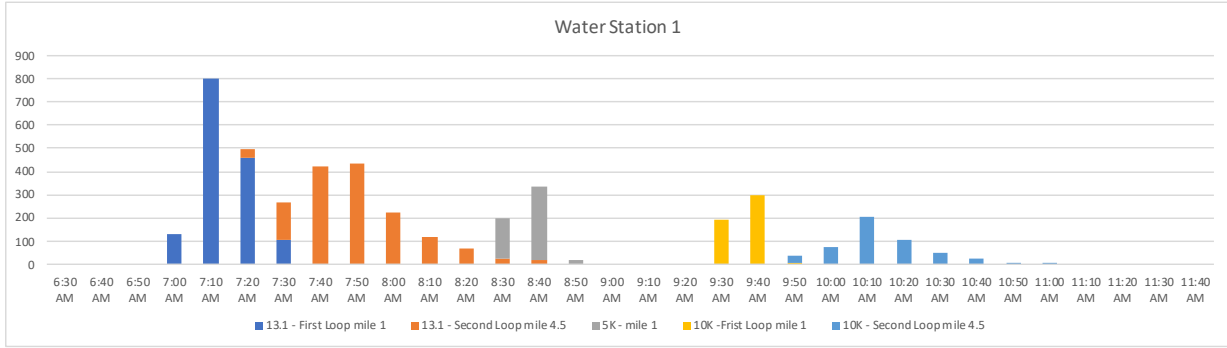


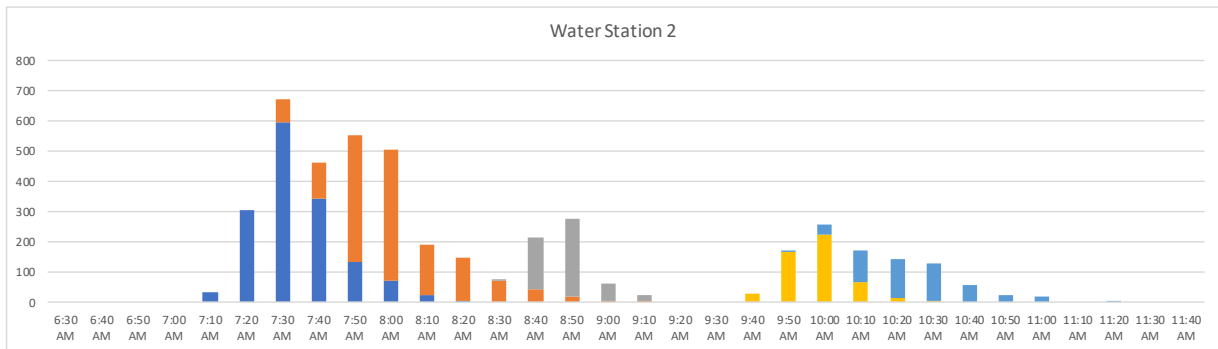
Water Station 1

	6:30 AM	6:40 AM	6:50 AM	7:00 AM	7:10 AM	7:20 AM	7:30 AM	7:40 AM	7:50 AM	8:00 AM	8:10 AM	8:20 AM	8:30 AM	8:40 AM	8:50 AM	9:00 AM	9:10 AM	9:20 AM	9:30 AM	9:40 AM	9:50 AM	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	
13.1 - First Loop mile 1				129	801	462	108																														
13.1 - Second Loop mile 4.5						32	161	422	435	223	118	65	27	16																							
5K - mile 1												170	318	19																							
10K - Frist Loop mile 1																			194	300	6																
10K - Second Loop mile 4.5																					28	75	206	106	51	27	1	6									



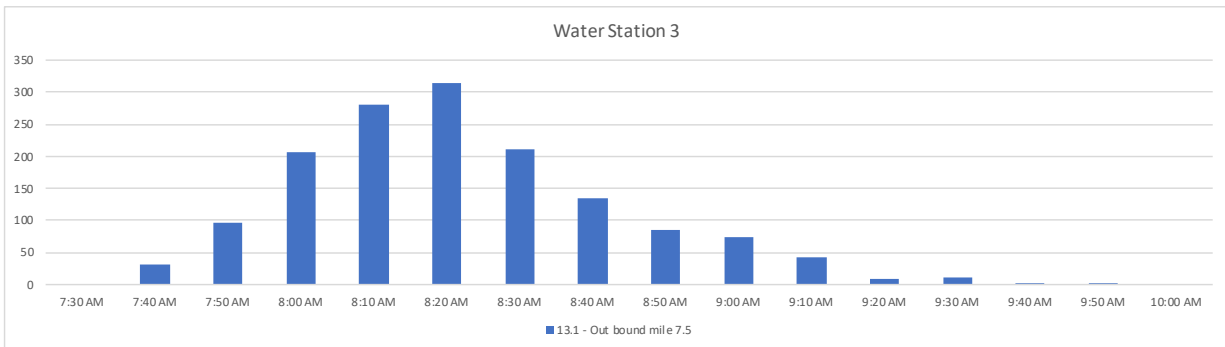
Water Station 2

	6:30 AM	6:40 AM	6:50 AM	7:00 AM	7:10 AM	7:20 AM	7:30 AM	7:40 AM	7:50 AM	8:00 AM	8:10 AM	8:20 AM	8:30 AM	8:40 AM	8:50 AM	9:00 AM	9:10 AM	9:20 AM	9:30 AM	9:40 AM	9:50 AM	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	
13.1 - First Loop mile 3						32	304	594	344	132	70	22	3																									
13.1 - Second Loop mile 5.5							78	116	422	435	167	142	73	43	16	5	3																					
5K - mile 2													1	169	262	56	19																					
10K - Frist Loop mile 3																																						
10K - Second Loop mile 5.5																					28	166	221	64	15	6												



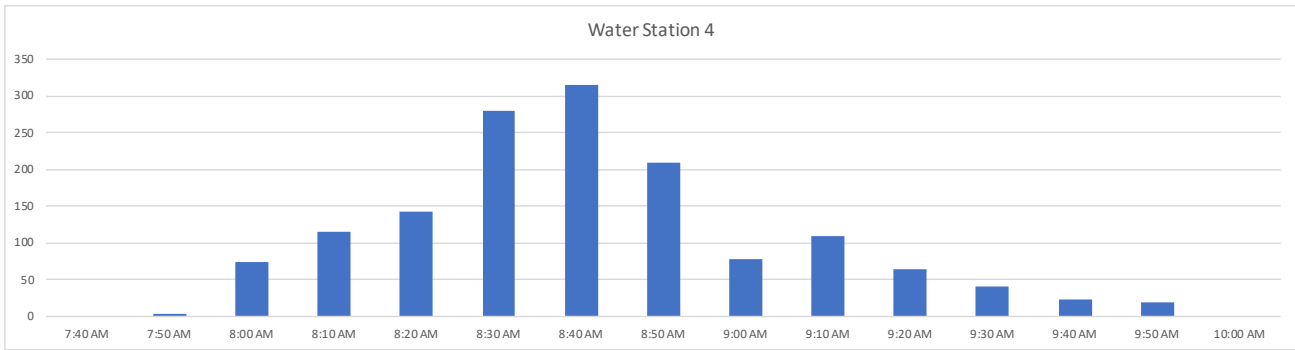
Water Station 3

	6:30 AM	6:40 AM	6:50 AM	7:00 AM	7:10 AM	7:20 AM	7:30 AM	7:40 AM	7:50 AM	8:00 AM	8:10 AM	8:20 AM	8:30 AM	8:40 AM	8:50 AM	9:00 AM	9:10 AM	9:20 AM	9:30 AM	9:40 AM	9:50 AM	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	
13.1 - Out bound mile 7.5									32	97	207	280	315	210	134	86	73	43	8	11	3	3																



Water Station 4

	6:30 AM	6:40 AM	6:50 AM	7:00 AM	7:10 AM	7:20 AM	7:30 AM	7:40 AM	7:50 AM	8:00 AM	8:10 AM	8:20 AM	8:30 AM	8:40 AM	8:50 AM	9:00 AM	9:10 AM	9:20 AM	9:30 AM	9:40 AM	9:50 AM	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	
13.1 - Turn around mile 9.5									3	75	116	142	280	315	210	78	110	65	40	24	19																	



Water Station 5

	6:30 AM	6:40 AM	6:50 AM	7:00 AM	7:10 AM	7:20 AM	7:30 AM	7:40 AM	7:50 AM	8:00 AM	8:10 AM	8:20 AM	8:30 AM	8:40 AM	8:50 AM	9:00 AM	9:10 AM	9:20 AM	9:30 AM	9:40 AM	9:50 AM	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####	#####
13.1 - mile 11.5									3	30	97	65	296	126	315	121	167	56	86	32	40	24	19	8	8	5	3												

