BISHOP MCGUINNESS - INTERVALS

9/14/2022

	4 x Mile							
	1	Δ	2	Δ	3	Δ	4	AVG
Cuzalina	6 00	-7	5 53	-4	5 49	-21	5 28	5 48
Hoch	6 00	-7	5 53	-4	5 49	-21	5 28	5 48
Leonard	6 00	-7	5 53	-4	5 49	-21	5 28	5 48
De Keratry	6 00	-7	5 53	-4	5 49	3	5 52	5 54
Black, B	6 53	-18	6 35	-2	6 33	-9	6 24	6 36
Schultz	6 21	4	6 25	-11	6 14			6 20
Taylor	6 52	-27	6 25	-7	6 18			6 32
Johnson	6 33	7	6 40	-11	6 29			6 34
Black, A	6 54	3	6 57	38	7 35			7 09
Gumerson	6 00	27	6 27				5 28	5 58
Ison								
Kovash								

	6 x 800m Track											4 x 100m Track				
	1	Δ	2	Δ	3	Δ	4	Δ	5	Δ	6	Avg	1	2	3	4	Avg
Tawk	3 30	1	3 31	-10	3 21	9	3 30	-5	3 25	8	3 33	3 28	14	14	13	13	14
Eakins	2 46	43	3 29	-10	3 19	11	3 30	-23	3 07	-25	2 42	3 09	14				14
Tran	3 40	6	3 46	-7	3 39	1	3 40	-1	3 39	0	3 39	3 41	14	13	15	14	14
Lau	3 31	-1	3 30	-4	3 26	9	3 35	4	3 39	-6	3 33	3 32	12	15	16	14	14
Buckelew	3 31	0	3 31	-10	3 21	9	3 30	-5	3 25	1	3 26	3 27	14	15	15	15	15
Conley	3 31	-1	3 30	-10	3 20	16	3 36	-11	3 25	-43	2 42	3 21	12	16	16	15	15
Grella	3 31	-1	3 30	-4	3 26	9	3 35	3	3 38	-5	3 33	3 32	14	14	16	15	15
Healy	3 31	-2	3 29	-7	3 22	8	3 30	-4	3 26	-3	3 23	3 27	14	15	15	15	15
Lipps	3 31	0	3 31	-10	3 21	9	3 30	-5	3 25	-2	3 23	3 27	14	14	16	16	15
Ruiz	3 31	-1	3 30	-9	3 21	9	3 30	-6	3 24	-2	3 22	3 26	15	15	17	16	16
Sweis	3 31	-1	3 30	-2	3 28	7	3 35	3	3 38	-3	3 35	3 33	15	15	17	16	16
Twombly	3 31	-1	3 30	-8	3 22	8	3 30	-5	3 25	-2	3 23	3 27	14	14	15	14	17
Morris	3 41	-5	3 36	4	3 40	-4	3 36	3	3 39	-1	3 38	3 38	16	17	19	17	17
Webb	3 41	-10	3 31	-8	3 23	7	3 30	8	3 38	-5	3 33	3 33	16	15	16	16	16
Sherman	3 41	10	3 51	9	4 00							3 51					
Slatev																	
Albotros																	

BISHOP MCGUINNESS - INTERVALS

9/14/2022

12 x 400m Track

	1	Δ	2	Δ	3	Δ	4	Δ	5	Δ	6	Δ	7	Δ	8	Δ	9	Δ	10	Δ	11	Δ	12	Avg
Schomas	113	2	115	2	117	-7	110	5	115	-5	110	-7	103	2	105	2	107	-9	98	5	103	-13	90	107
Griffith	113	2	115	2	117	-7	110	7	117	-7	110	-7	103	2	105	2	107	-10	97	6	103	-13	90	107
Stone	113	2	115	2	117	-7	110	5	115	-5	110	-5	105	0	105	2	107	-6	101	3	104	-5	99	108
de Keratry, J	120	-2	118	-5	113	4	117	-1	116	0	116	-3	113	-1	112	-6	106	0	106	1	107	-13	94	112
Busby	119	0	119	-6	113	4	117	0	117	-2	115	-2	113	3	116	-6	110	0	110	-3	107	-14	93	112
Mondelek	124	-5	119	-6	113	2	115	2	117	-1	116	-2	114	2	116	-5	111	1	112	0	112	-17	95	114
Jansen																								
Lipps, N																								
Lomoro																								