

1, 5000m, 2011, 30.06.2024

: FINA 2024

						R.T.					
1.				2001				57:17.8	710		
100m:	1:06.4	1:06.4	1400m:	15:50.3	1:07.9	2700m:	30:44.0	1:09.0	4000m:	45:42.4	1:09.5
200m:	2:13.9	1:07.5	1500m:	16:58.5	1:08.2	2800m:	31:52.7	1:08.7	4100m:	46:52.0	1:09.5
300m:	3:21.0	1:07.0	1600m:	18:07.1	1:08.5	2900m:	33:01.6	1:08.8	4200m:	48:01.3	1:09.2
400m:	4:28.2	1:07.2	1700m:	19:15.5	1:08.4	3000m:	34:10.5	1:08.9	4300m:	49:10.8	1:09.5
500m:	5:35.8	1:07.5	1800m:	20:23.9	1:08.4	3100m:	35:19.5	1:08.9	4400m:	50:20.6	1:09.7
600m:	6:44.0	1:08.1	1900m:	21:33.3	1:09.3	3200m:	36:28.5	1:09.0	4500m:	51:30.3	1:09.7
700m:	7:51.8	1:07.8	2000m:	22:42.0	1:08.7	3300m:	37:37.3	1:08.8	4600m:	52:40.2	1:09.8
800m:	9:00.3	1:08.4	2100m:	23:50.8	1:08.7	3400m:	38:46.6	1:09.2	4700m:	53:49.9	1:09.7
900m:	10:08.4	1:08.1	2200m:	24:59.7	1:08.8	3500m:	39:55.6	1:09.0	4800m:	55:00.1	1:10.2
1000m:	11:16.7	1:08.3	2300m:	26:08.4	1:08.7	3600m:	41:05.3	1:09.6	4900m:	56:09.9	1:09.8
1100m:	12:25.7	1:08.9	2400m:	27:17.3	1:08.9	3700m:	42:14.4	1:09.1	5000m:	57:17.8	1:07.8
1200m:	13:34.5	1:08.7	2500m:	28:26.0	1:08.6	3800m:	43:23.6	1:09.1			
1300m:	14:42.4	1:07.9	2600m:	29:35.0	1:08.9	3900m:	44:32.9	1:09.3			
2.				2007				57:34.2	700		
100m:	1:06.3	1:06.3	1400m:	15:52.6	1:08.6	2700m:	30:51.4	1:09.3	4000m:	45:58.0	1:09.8
200m:	2:14.1	1:07.7	1500m:	17:01.2	1:08.6	2800m:	32:01.0	1:09.6	4100m:	47:08.4	1:10.3
300m:	3:21.3	1:07.1	1600m:	18:10.1	1:08.8	2900m:	33:10.5	1:09.4	4200m:	48:18.7	1:10.3
400m:	4:28.8	1:07.5	1700m:	19:18.7	1:08.6	3000m:	34:20.0	1:09.4	4300m:	49:29.2	1:10.4
500m:	5:36.5	1:07.6	1800m:	20:27.6	1:08.9	3100m:	35:29.7	1:09.6	4400m:	50:39.5	1:10.3
600m:	6:44.1	1:07.6	1900m:	21:36.8	1:09.1	3200m:	36:39.3	1:09.5	4500m:	51:50.0	1:10.4
700m:	7:52.2	1:08.0	2000m:	22:46.0	1:09.2	3300m:	37:49.0	1:09.7	4600m:	53:00.0	1:10.0
800m:	9:00.5	1:08.3	2100m:	23:55.1	1:09.0	3400m:	38:58.5	1:09.4	4700m:	54:10.4	1:10.3
900m:	10:08.8	1:08.2	2200m:	25:04.3	1:09.1	3500m:	40:08.5	1:09.9	4800m:	55:20.3	1:09.8
1000m:	11:17.0	1:08.1	2300m:	26:13.6	1:09.3	3600m:	41:18.4	1:09.9	4900m:	56:29.7	1:09.4
1100m:	12:26.1	1:09.1	2400m:	27:23.1	1:09.4	3700m:	42:28.1	1:09.7	5000m:	57:34.2	1:04.4
1200m:	13:35.1	1:08.9	2500m:	28:32.6	1:09.5	3800m:	43:38.2	1:10.1			
1300m:	14:44.0	1:08.9	2600m:	29:42.0	1:09.4	3900m:	44:48.2	1:09.9			
3.				2002				57:35.0	700		
100m:	1:06.2	1:06.2	1400m:	15:51.8	1:08.3	2700m:	30:51.7	1:09.3	4000m:	45:57.3	1:10.6
200m:	2:13.9	1:07.6	1500m:	17:00.5	1:08.7	2800m:	32:01.5	1:09.8	4100m:	47:08.1	1:10.7
300m:	3:21.1	1:07.2	1600m:	18:09.6	1:09.1	2900m:	33:11.1	1:09.5	4200m:	48:18.5	1:10.4
400m:	4:28.6	1:07.4	1700m:	19:18.6	1:08.9	3000m:	34:20.4	1:09.3	4300m:	49:29.1	1:10.5
500m:	5:36.0	1:07.4	1800m:	20:27.9	1:09.3	3100m:	35:29.6	1:09.2	4400m:	50:39.4	1:10.3
600m:	6:43.7	1:07.7	1900m:	21:37.2	1:09.3	3200m:	36:39.1	1:09.5	4500m:	51:49.9	1:10.5
700m:	7:51.7	1:07.9	2000m:	22:45.9	1:08.7	3300m:	37:48.5	1:09.4	4600m:	53:00.0	1:10.1
800m:	9:00.0	1:08.2	2100m:	23:54.7	1:08.7	3400m:	38:57.9	1:09.3	4700m:	54:10.4	1:10.3
900m:	10:08.2	1:08.1	2200m:	25:03.7	1:08.9	3500m:	40:08.2	1:10.2	4800m:	55:20.4	1:10.0
1000m:	11:16.5	1:08.3	2300m:	26:13.3	1:09.5	3600m:	41:18.0	1:09.8	4900m:	56:30.0	1:09.6
1100m:	12:25.8	1:09.2	2400m:	27:22.8	1:09.5	3700m:	42:27.0	1:09.0	5000m:	57:35.0	1:04.9
1200m:	13:35.0	1:09.2	2500m:	28:32.4	1:09.6	3800m:	43:36.7	1:09.6			
1300m:	14:43.5	1:08.4	2600m:	29:42.3	1:09.8	3900m:	44:46.7	1:10.0			
4.				2008				57:55.9	687		
100m:	1:07.0	1:07.0	1400m:	16:02.1	1:09.7	2700m:	31:11.3	1:10.4	4000m:	46:22.3	1:10.0
200m:	2:15.3	1:08.3	1500m:	17:11.9	1:09.8	2800m:	32:21.7	1:10.3	4100m:	47:32.2	1:09.9
300m:	3:23.3	1:07.9	1600m:	18:21.8	1:09.8	2900m:	33:31.4	1:09.6	4200m:	48:42.4	1:10.1
400m:	4:31.7	1:08.4	1700m:	19:31.5	1:09.6	3000m:	34:41.6	1:10.2	4300m:	49:52.7	1:10.3
500m:	5:40.4	1:08.6	1800m:	20:41.3	1:09.8	3100m:	35:51.3	1:09.7	4400m:	51:03.0	1:10.2
600m:	6:49.0	1:08.6	1900m:	21:51.5	1:10.1	3200m:	37:01.4	1:10.0	4500m:	52:12.4	1:09.4
700m:	7:57.5	1:08.4	2000m:	23:01.8	1:10.3	3300m:	38:11.5	1:10.1	4600m:	53:21.4	1:08.9
800m:	9:06.2	1:08.6	2100m:	24:11.6	1:09.7	3400m:	39:21.9	1:10.3	4700m:	54:30.1	1:08.7
900m:	10:15.3	1:09.1	2200m:	25:21.2	1:09.6	3500m:	40:31.8	1:09.8	4800m:	55:39.3	1:09.1
1000m:	11:24.2	1:08.8	2300m:	26:31.1	1:09.8	3600m:	41:42.0	1:10.2	4900m:	56:48.7	1:09.3
1100m:	12:33.2	1:09.0	2400m:	27:41.2	1:10.1	3700m:	42:51.9	1:09.9	5000m:	57:55.9	1:07.2
1200m:	13:42.6	1:09.4	2500m:	28:51.0	1:09.8	3800m:	44:01.9	1:10.0			
1300m:	14:52.3	1:09.7	2600m:	30:00.9	1:09.8	3900m:	45:12.2	1:10.2			

# ВОЛГОГРАД

Поселок Metallургов, д.84А,  
учебно-тренировочный центр  
Всероссийской Федерации плавания

# ТУРНИР

НА ПРИЗЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ ПО ПЛАВАНИЮ  
НА ДИСТАНЦИИ 5000 М



1, |, 5000m |, 2011

			/			R.T.					
<b>5.</b>			<b>2005</b>			<b>58:12.9</b>			<b>677</b>		
100m:	1:06.2	1:06.2	1400m:	15:56.5	1:09.7	2700m:	31:06.8	1:10.2	4000m:	46:20.5	1:10.3
200m:	2:13.4	1:07.1	1500m:	17:06.3	1:09.7	2800m:	32:17.5	1:10.7	4100m:	47:30.7	1:10.2
300m:	3:20.4	1:06.9	1600m:	18:16.1	1:09.7	2900m:	33:28.1	1:10.5	4200m:	48:41.8	1:11.1
400m:	4:27.6	1:07.2	1700m:	19:26.1	1:10.0	3000m:	34:38.9	1:10.8	4300m:	49:52.3	1:10.4
500m:	5:35.4	1:07.7	1800m:	20:36.2	1:10.1	3100m:	35:49.2	1:10.2	4400m:	51:03.7	1:11.3
600m:	6:43.6	1:08.2	1900m:	21:46.3	1:10.0	3200m:	36:58.9	1:09.6	4500m:	52:15.7	1:12.0
700m:	7:52.3	1:08.6	2000m:	22:56.5	1:10.1	3300m:	38:09.0	1:10.1	4600m:	53:27.8	1:12.0
800m:	9:00.7	1:08.3	2100m:	24:06.3	1:09.8	3400m:	39:18.7	1:09.6	4700m:	54:40.0	1:12.1
900m:	10:09.4	1:08.7	2200m:	25:16.5	1:10.1	3500m:	40:28.9	1:10.2	4800m:	55:52.1	1:12.1
1000m:	11:18.4	1:08.9	2300m:	26:26.2	1:09.7	3600m:	41:39.3	1:10.4	4900m:	57:03.5	1:11.4
1100m:	12:27.6	1:09.2	2400m:	27:36.0	1:09.7	3700m:	42:49.8	1:10.4	5000m:	58:12.9	1:09.3
1200m:	13:37.4	1:09.7	2500m:	28:46.2	1:10.2	3800m:	43:59.8	1:10.0			
1300m:	14:46.8	1:09.4	2600m:	29:56.5	1:10.2	3900m:	45:10.1	1:10.3			
<b>6.</b>			<b>2004</b>			<b>58:26.5</b>			<b>669</b>		
100m:	1:07.2	1:07.2	1400m:	15:59.4	1:09.4	2700m:	31:06.5	1:10.1	4000m:	46:37.9	1:11.7
200m:	2:16.3	1:09.1	1500m:	17:08.9	1:09.4	2800m:	32:17.6	1:11.1	4100m:	47:49.0	1:11.1
300m:	3:24.6	1:08.3	1600m:	18:18.2	1:09.2	2900m:	33:29.2	1:11.5	4200m:	48:59.7	1:10.6
400m:	4:32.5	1:07.8	1700m:	19:27.4	1:09.2	3000m:	34:40.3	1:11.1	4300m:	50:10.9	1:11.2
500m:	5:40.6	1:08.1	1800m:	20:36.4	1:09.0	3100m:	35:51.4	1:11.1	4400m:	51:22.8	1:11.8
600m:	6:48.9	1:08.2	1900m:	21:45.8	1:09.4	3200m:	37:02.7	1:11.2	4500m:	52:34.9	1:12.0
700m:	7:57.4	1:08.5	2000m:	22:55.1	1:09.2	3300m:	38:15.7	1:13.0	4600m:	53:45.8	1:10.9
800m:	9:05.8	1:08.3	2100m:	24:04.7	1:09.5	3400m:	39:27.3	1:11.5	4700m:	54:56.7	1:10.9
900m:	10:13.6	1:07.8	2200m:	25:15.4	1:10.7	3500m:	40:38.6	1:11.3	4800m:	56:07.4	1:10.7
1000m:	11:22.4	1:08.7	2300m:	26:25.6	1:10.2	3600m:	41:50.6	1:11.9	4900m:	57:17.9	1:10.5
1100m:	12:31.6	1:09.2	2400m:	27:36.0	1:10.3	3700m:	43:02.4	1:11.8	5000m:	58:26.5	1:08.5
1200m:	13:40.6	1:08.9	2500m:	28:46.3	1:10.3	3800m:	44:14.2	1:11.8			
1300m:	14:50.0	1:09.4	2600m:	29:56.3	1:09.9	3900m:	45:26.2	1:11.9			
<b>7.</b>			<b>2008</b>			<b>59:26.5</b>			<b>636</b>		
100m:	1:05.8	1:05.8	1400m:	16:18.1	1:11.2	2700m:	31:55.4	1:12.1	4000m:	47:32.0	1:12.0
200m:	2:14.1	1:08.3	1500m:	17:29.1	1:11.0	2800m:	33:07.8	1:12.4	4100m:	48:44.2	1:12.2
300m:	3:22.9	1:08.8	1600m:	18:41.0	1:11.8	2900m:	34:19.9	1:12.1	4200m:	49:56.4	1:12.1
400m:	4:31.8	1:08.8	1700m:	19:53.2	1:12.2	3000m:	35:32.4	1:12.5	4300m:	51:08.1	1:11.6
500m:	5:41.3	1:09.4	1800m:	21:05.9	1:12.7	3100m:	36:43.9	1:11.5	4400m:	52:19.3	1:11.2
600m:	6:50.8	1:09.4	1900m:	22:18.0	1:12.0	3200m:	37:55.5	1:11.6	4500m:	53:31.0	1:11.7
700m:	8:00.7	1:09.8	2000m:	23:30.3	1:12.3	3300m:	39:07.1	1:11.5	4600m:	54:43.0	1:12.0
800m:	9:11.4	1:10.7	2100m:	24:42.8	1:12.4	3400m:	40:19.2	1:12.1	4700m:	55:54.4	1:11.4
900m:	10:22.6	1:11.1	2200m:	25:55.0	1:12.2	3500m:	41:31.3	1:12.0	4800m:	57:06.1	1:11.6
1000m:	11:33.4	1:10.8	2300m:	27:06.9	1:11.9	3600m:	42:43.0	1:11.7	4900m:	58:17.7	1:11.5
1100m:	12:44.2	1:10.8	2400m:	28:19.3	1:12.3	3700m:	43:55.7	1:12.6	5000m:	59:26.5	1:08.8
1200m:	13:55.6	1:11.4	2500m:	29:30.8	1:11.5	3800m:	45:07.9	1:12.2			
1300m:	15:06.8	1:11.1	2600m:	30:43.2	1:12.3	3900m:	46:19.9	1:12.0			
<b>8.</b>			<b>1998</b>			<b>59:31.9</b>			<b>633</b>		
100m:	1:08.0	1:08.0	1400m:	16:22.9	1:11.0	2700m:	32:00.3	1:12.8	4000m:	47:35.5	1:11.7
200m:	2:17.1	1:09.1	1500m:	17:34.2	1:11.2	2800m:	33:13.0	1:12.6	4100m:	48:47.6	1:12.0
300m:	3:27.2	1:10.1	1600m:	18:46.3	1:12.0	2900m:	34:25.6	1:12.6	4200m:	49:59.1	1:11.5
400m:	4:37.4	1:10.1	1700m:	19:58.3	1:12.0	3000m:	35:38.2	1:12.5	4300m:	51:11.2	1:12.0
500m:	5:47.8	1:10.3	1800m:	21:10.3	1:12.0	3100m:	36:50.7	1:12.5	4400m:	52:22.7	1:11.5
600m:	6:58.1	1:10.3	1900m:	22:22.2	1:11.8	3200m:	38:02.8	1:12.1	4500m:	53:34.7	1:11.9
700m:	8:08.6	1:10.5	2000m:	23:34.9	1:12.7	3300m:	39:15.1	1:12.2	4600m:	54:46.3	1:11.6
800m:	9:19.2	1:10.5	2100m:	24:47.2	1:12.2	3400m:	40:27.6	1:12.4	4700m:	55:58.2	1:11.8
900m:	10:29.2	1:10.0	2200m:	25:59.6	1:12.3	3500m:	41:39.1	1:11.5	4800m:	57:10.3	1:12.0
1000m:	11:40.1	1:10.8	2300m:	27:11.8	1:12.2	3600m:	42:50.0	1:10.9	4900m:	58:22.0	1:11.6
1100m:	12:50.5	1:10.3	2400m:	28:24.1	1:12.2	3700m:	44:01.2	1:11.1	5000m:	59:31.9	1:09.8
1200m:	14:01.1	1:10.6	2500m:	29:35.9	1:11.7	3800m:	45:12.6	1:11.4			
1300m:	15:11.9	1:10.8	2600m:	30:47.5	1:11.6	3900m:	46:23.8	1:11.1			







1, 5000m, 2011

						R.T.					
<b>17.</b>			<b>2006</b>			<b>1:02:08.6</b>			<b>557</b>		
100m:	1:09.3	1:09.3	1400m:	17:11.6	1:14.4	2700m:	33:19.3	1:14.8	4000m:	49:36.2	1:15.4
200m:	2:22.2	1:12.9	1500m:	18:26.5	1:14.9	2800m:	34:33.6	1:14.3	4100m:	50:51.9	1:15.7
300m:	3:36.8	1:14.6	1600m:	19:41.1	1:14.6	2900m:	35:47.8	1:14.2	4200m:	52:07.6	1:15.7
400m:	4:50.9	1:14.1	1700m:	20:56.0	1:14.9	3000m:	37:02.7	1:14.9	4300m:	53:23.0	1:15.4
500m:	6:05.1	1:14.2	1800m:	22:10.5	1:14.5	3100m:	38:17.3	1:14.6	4400m:	54:38.6	1:15.6
600m:	7:19.2	1:14.1	1900m:	23:24.9	1:14.4	3200m:	39:32.4	1:15.1	4500m:	55:54.6	1:16.0
700m:	8:33.3	1:14.1	2000m:	24:39.5	1:14.6	3300m:	40:47.5	1:15.1	4600m:	57:10.2	1:15.6
800m:	9:47.2	1:13.9	2100m:	25:53.6	1:14.1	3400m:	42:02.9	1:15.4	4700m:	58:25.7	1:15.5
900m:	11:01.0	1:13.8	2200m:	27:07.6	1:14.0	3500m:	43:18.1	1:15.2	4800m:	59:41.2	1:15.5
1000m:	12:14.8	1:13.8	2300m:	28:21.2	1:13.6	3600m:	44:33.7	1:15.6	4900m:	1:00:56.1	1:14.9
1100m:	13:28.9	1:14.1	2400m:	29:35.0	1:13.8	3700m:	45:48.9	1:15.2	5000m:	1:02:08.6	1:12.5
1200m:	14:43.0	1:14.1	2500m:	30:49.5	1:14.5	3800m:	47:04.7	1:15.8			
1300m:	15:57.2	1:14.2	2600m:	32:04.5	1:15.0	3900m:	48:20.8	1:16.1			
<b>18.</b>			<b>2008</b>			<b>1:02:46.8</b>			<b>540</b>		
100m:	1:10.1	1:10.1	1400m:	17:10.4	1:14.9	2700m:	33:28.0	1:15.2	4000m:	50:00.5	1:17.3
200m:	2:22.2	1:12.1	1500m:	18:25.6	1:15.1	2800m:	34:43.7	1:15.7	4100m:	51:17.1	1:16.6
300m:	3:34.9	1:12.7	1600m:	19:40.9	1:15.3	2900m:	35:59.6	1:15.8	4200m:	52:34.2	1:17.0
400m:	4:48.2	1:13.3	1700m:	20:56.0	1:15.1	3000m:	37:15.3	1:15.7	4300m:	53:51.4	1:17.1
500m:	6:01.7	1:13.4	1800m:	22:11.1	1:15.0	3100m:	38:31.5	1:16.2	4400m:	55:08.6	1:17.2
600m:	7:15.3	1:13.6	1900m:	23:26.0	1:14.8	3200m:	39:47.6	1:16.0	4500m:	56:25.7	1:17.1
700m:	8:29.0	1:13.6	2000m:	24:41.1	1:15.1	3300m:	41:03.3	1:15.7	4600m:	57:42.9	1:17.2
800m:	9:43.1	1:14.1	2100m:	25:56.1	1:15.0	3400m:	42:20.2	1:16.8	4700m:	59:00.2	1:17.2
900m:	10:57.4	1:14.2	2200m:	27:11.5	1:15.3	3500m:	43:36.2	1:16.0	4800m:	1:00:16.6	1:16.4
1000m:	12:11.7	1:14.3	2300m:	28:27.2	1:15.7	3600m:	44:52.7	1:16.4	4900m:	1:01:32.0	1:15.3
1100m:	13:26.5	1:14.8	2400m:	29:42.2	1:15.0	3700m:	46:09.4	1:16.6	5000m:	1:02:46.8	1:14.8
1200m:	14:40.8	1:14.3	2500m:	30:57.5	1:15.3	3800m:	47:26.3	1:16.9			
1300m:	15:55.5	1:14.6	2600m:	32:12.8	1:15.2	3900m:	48:43.1	1:16.7			
<b>19.</b>			<b>2010</b>			<b>1:02:56.5</b>			<b>536</b>		
100m:	1:08.9	1:08.9	1400m:	18:18.1	1:15.1	2700m:	34:45.1	1:16.7	4000m:	51:32.8	1:17.3
200m:	2:20.0	1:11.1	1500m:	19:33.0	1:14.9	2800m:	36:02.4	1:17.2	4100m:	52:50.7	1:17.9
300m:	3:31.4	1:11.3	1600m:	20:48.4	1:15.3	2900m:	37:19.6	1:17.2	4200m:	54:08.3	1:17.5
400m:	4:43.7	1:12.3	1700m:	22:03.6	1:15.2	3000m:	38:37.4	1:17.7	4300m:	55:26.5	1:18.2
500m:	5:56.5	1:12.8	1800m:	23:19.2	1:15.6	3100m:	39:54.3	1:16.8	4400m:	56:43.7	1:17.2
600m:	7:09.7	1:13.1	1900m:	24:34.7	1:15.4	3200m:	41:11.8	1:17.5	4500m:	58:01.1	1:17.4
700m:	8:23.0	1:13.3	2000m:	25:50.2	1:15.5	3300m:	42:28.9	1:17.0	4600m:	59:17.4	1:16.2
800m:	10:52.4	2:29.4	2100m:	27:05.9	1:15.6	3400m:	43:45.9	1:17.0	4700m:	1:00:32.1	1:14.7
900m:	12:06.7	1:14.2	2200m:	28:22.0	1:16.1	3500m:	45:04.2	1:18.3	4800m:	1:01:46.5	1:14.4
1000m:	13:20.9	1:14.1	2300m:	29:38.7	1:16.7	3600m:	46:21.9	1:17.7	4900m:	1:02:56.5	1:10.0
1100m:	14:34.5	1:13.6	2400m:	30:55.3	1:16.5	3700m:	47:40.2	1:18.2	5000m:	1:02:56.5	
1200m:	15:48.2	1:13.7	2500m:	32:12.2	1:16.9	3800m:	48:58.2	1:18.0			
1300m:	17:02.9	1:14.7	2600m:	33:28.4	1:16.2	3900m:	50:15.5	1:17.2			
<b>20.</b>			<b>2009</b>			<b>1:03:30.0</b>			<b>522</b>		
100m:	1:14.0	1:14.0	1400m:	17:42.0	1:16.0	2700m:	34:18.0	1:18.0	4000m:	50:50.0	1:15.0
200m:	2:30.0	1:16.0	1500m:	18:58.0	1:16.0	2800m:	35:36.0	1:18.0	4100m:	52:05.0	1:15.0
300m:	3:47.0	1:17.0	1600m:	20:14.0	1:16.0	2900m:	36:53.0	1:17.0	4200m:	53:20.0	1:15.0
400m:	5:03.0	1:16.0	1700m:	21:30.0	1:16.0	3000m:	38:09.0	1:16.0	4300m:	54:37.0	1:17.0
500m:	6:19.0	1:16.0	1800m:	22:48.0	1:18.0	3100m:	39:25.0	1:16.0	4400m:	55:53.0	1:16.0
600m:	7:35.0	1:16.0	1900m:	24:05.0	1:17.0	3200m:	40:41.0	1:16.0	4500m:	57:10.0	1:17.0
700m:	8:51.0	1:16.0	2000m:	25:22.0	1:17.0	3300m:	41:57.0	1:16.0	4600m:	58:27.0	1:17.0
800m:	10:07.0	1:16.0	2100m:	26:38.0	1:16.0	3400m:	43:14.0	1:17.0	4700m:	59:43.0	1:16.0
900m:	11:23.0	1:16.0	2200m:	27:54.0	1:16.0	3500m:	44:31.0	1:17.0	4800m:	1:01:00.0	1:17.0
1000m:	12:39.0	1:16.0	2300m:	29:11.0	1:17.0	3600m:	45:48.0	1:17.0	4900m:	78:18:17.7	77:17:17.7
1100m:	13:54.0	1:15.0	2400m:	30:27.0	1:16.0	3700m:	47:04.0	1:16.0	5000m:	1:03:30.0	
1200m:	15:09.0	1:15.0	2500m:	31:44.0	1:17.0	3800m:	48:19.0	1:15.0			
1300m:	16:26.0	1:17.0	2600m:	33:00.0	1:16.0	3900m:	49:35.0	1:16.0			

1, 5000m | 2011

			R.T.								
<b>21.</b>				<b>2011</b>	-	<b>1:04:35.4</b>			<b>496</b>		
100m:	1:11.2	1:11.2	1400m:	17:42.3	1:16.6	2700m:	34:37.5	1:17.8	4000m:	51:37.3	1:18.8
200m:	2:27.2	1:16.0	1500m:	18:58.9	1:16.6	2800m:	35:56.4	1:18.9	4100m:	52:55.7	1:18.4
300m:	3:43.5	1:16.3	1600m:	20:16.1	1:17.2	2900m:	37:13.8	1:17.4	4200m:	54:14.5	1:18.8
400m:	5:00.4	1:16.9	1700m:	21:33.5	1:17.4	3000m:	38:31.3	1:17.5	4300m:	55:33.3	1:18.8
500m:	6:17.1	1:16.7	1800m:	22:51.0	1:17.5	3100m:	39:48.3	1:17.0	4400m:	56:52.5	1:19.2
600m:	7:33.6	1:16.5	1900m:	24:08.6	1:17.6	3200m:	41:06.0	1:17.7	4500m:	58:11.6	1:19.1
700m:	8:49.8	1:16.2	2000m:	25:26.7	1:18.1	3300m:	42:24.1	1:18.1	4600m:	59:32.2	1:20.6
800m:	10:06.6	1:16.8	2100m:	26:45.1	1:18.4	3400m:	43:43.8	1:19.7	4700m:	1:00:47.7	1:15.5
900m:	11:23.1	1:16.5	2200m:	28:04.0	1:18.9	3500m:	45:02.9	1:19.1	4800m:	1:02:04.9	1:17.2
1000m:	12:37.8	1:14.7	2300m:	29:23.5	1:19.5	3600m:	46:22.9	1:20.0	4900m:	1:03:21.7	1:16.8
1100m:	13:52.8	1:15.0	2400m:	30:42.9	1:19.4	3700m:	47:41.7	1:18.8	5000m:	1:04:35.4	1:13.7
1200m:	15:08.7	1:15.9	2500m:	32:01.6	1:18.7	3800m:	48:59.7	1:18.0			
1300m:	16:25.7	1:17.0	2600m:	33:19.7	1:18.1	3900m:	50:18.5	1:18.8			
<b>22.</b>				<b>2005</b>		<b>1:04:37.2</b>			<b>495</b>		
100m:	1:09.0	1:09.0	1400m:	17:21.5	1:16.9	2700m:	34:17.6	1:19.2	4000m:	51:29.2	1:19.4
200m:	2:22.4	1:13.4	1500m:	18:38.5	1:17.0	2800m:	35:36.6	1:19.0	4100m:	52:48.2	1:19.0
300m:	3:34.5	1:12.1	1600m:	19:55.7	1:17.2	2900m:	36:56.1	1:19.5	4200m:	54:07.6	1:19.4
400m:	4:47.3	1:12.8	1700m:	21:13.1	1:17.4	3000m:	38:16.9	1:20.8	4300m:	55:26.3	1:18.7
500m:	6:00.4	1:13.1	1800m:	22:30.8	1:17.7	3100m:	39:35.3	1:18.4	4400m:	56:45.5	1:19.2
600m:	7:14.5	1:14.1	1900m:	23:49.1	1:18.3	3200m:	40:54.8	1:19.5	4500m:	58:05.0	1:19.5
700m:	8:28.7	1:14.2	2000m:	25:08.0	1:18.9	3300m:	42:13.5	1:18.7	4600m:	59:24.2	1:19.2
800m:	9:43.6	1:14.9	2100m:	26:27.1	1:19.1	3400m:	43:32.6	1:19.1	4700m:	1:00:40.1	1:15.9
900m:	10:58.8	1:15.2	2200m:	27:45.1	1:18.0	3500m:	44:51.5	1:18.9	4800m:	1:02:01.5	1:21.4
1000m:	12:14.8	1:16.0	2300m:	29:03.7	1:18.6	3600m:	46:11.0	1:19.5	4900m:	1:03:19.8	1:18.3
1100m:	13:30.0	1:15.2	2400m:	30:22.1	1:18.4	3700m:	47:30.5	1:19.5	5000m:	1:04:37.2	1:17.4
1200m:	14:47.7	1:17.7	2500m:	31:40.1	1:18.0	3800m:	48:49.9	1:19.4			
1300m:	16:04.6	1:16.9	2600m:	32:58.4	1:18.3	3900m:	50:09.8	1:19.9			
<b>23.</b>				<b>2010</b>		<b>1:05:13.6</b>			<b>481</b>		
100m:	1:11.3	1:11.3	1400m:	17:44.1	1:18.1	2700m:	34:45.2	1:17.2	4000m:	51:56.4	1:20.0
200m:	2:25.2	1:13.9	1500m:	19:03.2	1:19.0	2800m:	36:03.6	1:18.3	4100m:	53:17.3	1:20.8
300m:	3:39.8	1:14.6	1600m:	20:21.9	1:18.7	2900m:	37:23.5	1:19.9	4200m:	55:03.6	1:46.2
400m:	4:57.2	1:17.3	1700m:	21:41.1	1:19.2	3000m:	38:42.3	1:18.8	4300m:	55:57.0	53.4
500m:	6:12.9	1:15.7	1800m:	23:00.7	1:19.5	3100m:	39:59.5	1:17.1	4400m:	57:17.7	1:20.7
600m:	7:28.9	1:15.9	1900m:	24:18.0	1:17.3	3200m:	41:18.0	1:18.5	4500m:	58:38.1	1:20.4
700m:	8:44.7	1:15.8	2000m:	25:35.7	1:17.7	3300m:	42:37.5	1:19.4	4600m:	59:58.6	1:20.5
800m:	10:01.3	1:16.5	2100m:	26:54.4	1:18.6	3400m:	43:56.8	1:19.2	4700m:	1:01:18.1	1:19.4
900m:	11:17.8	1:16.5	2200m:	28:13.5	1:19.1	3500m:	45:15.9	1:19.1	4800m:	1:02:38.2	1:20.0
1000m:	12:34.4	1:16.6	2300m:	29:32.5	1:19.0	3600m:	46:37.0	1:21.1	4900m:	1:03:58.3	1:20.0
1100m:	13:51.2	1:16.7	2400m:	30:50.2	1:17.6	3700m:	47:56.5	1:19.4	5000m:	1:05:13.6	1:15.3
1200m:	15:08.7	1:17.5	2500m:	32:09.6	1:19.4	3800m:	49:16.2	1:19.6			
1300m:	16:26.0	1:17.2	2600m:	33:28.0	1:18.3	3900m:	50:36.4	1:20.2			
<b>24.</b>				<b>2008</b>		<b>1:05:28.9</b>			<b>476</b>		
100m:	1:11.3	1:11.3	1400m:	18:03.5	1:17.6	2700m:	35:10.2	1:19.2	4000m:	52:24.8	1:20.5
200m:	2:29.2	1:17.9	1500m:	19:22.1	1:18.6	2800m:	36:29.2	1:19.0	4100m:	53:45.0	1:20.2
300m:	3:47.2	1:18.0	1600m:	20:41.5	1:19.4	2900m:	37:48.5	1:19.3	4200m:	55:03.9	1:18.9
400m:	5:05.7	1:18.5	1700m:	22:01.7	1:20.2	3000m:	39:08.5	1:20.0	4300m:	56:23.1	1:19.2
500m:	6:24.8	1:19.1	1800m:	23:22.3	1:20.6	3100m:	40:27.9	1:19.4	4400m:	57:41.9	1:18.8
600m:	7:44.2	1:19.4	1900m:	24:40.7	1:18.4	3200m:	41:48.0	1:20.1	4500m:	59:00.4	1:18.5
700m:	9:04.2	1:20.0	2000m:	26:00.1	1:19.4	3300m:	43:06.7	1:18.7	4600m:	1:00:18.8	1:18.4
800m:	10:21.6	1:17.4	2100m:	27:19.4	1:19.3	3400m:	44:25.9	1:19.2	4700m:	1:01:37.6	1:18.8
900m:	11:39.0	1:17.4	2200m:	28:37.5	1:18.1	3500m:	45:46.0	1:20.1	4800m:	1:02:57.5	1:19.9
1000m:	12:56.7	1:17.7	2300m:	29:56.1	1:18.6	3600m:	47:05.8	1:19.8	4900m:	1:04:13.5	1:16.0
1100m:	14:13.6	1:16.9	2400m:	31:14.7	1:18.6	3700m:	48:25.1	1:19.3	5000m:	1:05:28.9	1:15.4
1200m:	15:29.1	1:15.5	2500m:	32:33.4	1:18.7	3800m:	49:44.8	1:19.7			
1300m:	16:45.9	1:16.8	2600m:	33:51.0	1:17.6	3900m:	51:04.3	1:19.5			



1, 5000m, 2011

								R.T.				
29.				2008				<b>1:08:21.3</b>		<b>418</b>		
	100m:	1:13.5	1:13.5	1400m:	18:27.3	1:19.9	2700m:	36:04.2	1:21.7	4000m:	54:14.8	1:26.4
	200m:	2:32.2	1:18.7	1500m:	19:47.4	1:20.1	2800m:	37:28.0	1:23.8	4100m:	55:39.4	1:24.6
	300m:	3:51.2	1:19.0	1600m:	21:08.5	1:21.1	2900m:	38:51.1	1:23.1	4200m:	57:04.4	1:25.0
	400m:	5:10.3	1:19.1	1700m:	22:29.1	1:20.6	3000m:	40:14.7	1:23.6	4300m:	58:29.9	1:25.5
	500m:	6:29.6	1:19.3	1800m:	23:50.0	1:20.9	3100m:	41:37.4	1:22.7	4400m:	1:01:20.4	2:50.5
	600m:	7:49.1	1:19.5	1900m:	25:10.0	1:20.0	3200m:	43:01.3	1:23.9	4500m:	1:02:46.4	1:26.0
	700m:	9:08.8	1:19.7	2000m:	26:31.1	1:21.1	3300m:	44:24.2	1:22.9	4600m:	1:04:10.7	1:24.3
	800m:	10:28.3	1:19.5	2100m:	27:53.4	1:22.3	3400m:	45:47.1	1:22.9	4700m:	1:05:34.7	1:24.0
	900m:	11:48.2	1:19.9	2200m:	29:15.7	1:22.3	3500m:	47:11.7	1:24.6	4800m:	1:06:58.3	1:23.6
	1000m:	13:08.2	1:20.0	2300m:	30:36.9	1:21.2	3600m:	48:36.3	1:24.6	4900m:	1:08:21.3	1:23.0
	1100m:	14:28.4	1:20.2	2400m:	31:59.7	1:22.8	3700m:	50:00.4	1:24.1			
	1200m:	15:47.6	1:19.2	2500m:	33:21.5	1:21.8	3800m:	51:24.1	1:23.7			
	1300m:	17:07.4	1:19.8	2600m:	34:42.5	1:21.0	3900m:	52:48.4	1:24.3			
30.				2009				<b>1:08:26.8</b>		<b>417</b>		
	100m:	1:14.3	1:14.3	1400m:	18:40.1	1:13.4	2700m:	36:36.9	1:22.9	4000m:	54:47.4	1:29.1
	200m:	2:34.3	1:20.0	1500m:	20:09.0	1:28.9	2800m:	37:59.5	1:22.6	4100m:	56:07.5	1:20.1
	300m:	3:53.8	1:19.5	1600m:	21:30.8	1:21.8	2900m:	39:22.6	1:23.1	4200m:	57:31.6	1:24.1
	400m:	5:14.3	1:20.5	1700m:	22:54.4	1:23.6	3000m:	40:45.8	1:23.2	4300m:	58:54.2	1:22.6
	500m:	6:35.1	1:20.8	1800m:	24:16.8	1:22.4	3100m:	49:09.3	8:23.5	4400m:	1:00:16.2	1:22.0
	600m:	7:56.7	1:21.6	1900m:	25:40.0	1:23.2	3200m:	43:33.3		4500m:	1:01:38.3	1:22.1
	700m:	9:18.5	1:21.8	2000m:	27:02.0	1:22.0	3300m:	44:55.7	1:22.4	4600m:	1:03:00.5	1:22.2
	800m:	10:40.1	1:21.6	2100m:	28:24.2	1:22.2	3400m:	46:18.8	1:23.1	4700m:	1:04:23.1	1:22.6
	900m:	12:02.0	1:21.9	2200m:	29:45.9	1:21.7	3500m:	47:42.2	1:23.4	4800m:	1:05:44.3	1:21.2
	1000m:	13:24.2	1:22.2	2300m:	31:08.1	1:22.2	3600m:	49:05.4	1:23.2	4900m:	1:07:06.5	1:22.2
	1100m:	14:43.4	1:19.2	2400m:	32:29.5	1:21.4	3700m:	50:30.1	1:24.7	5000m:	1:08:26.8	1:20.3
	1200m:	16:04.2	1:20.8	2500m:	33:52.1	1:22.6	3800m:	51:55.3	1:25.2			
	1300m:	17:26.7	1:22.5	2600m:	35:14.0	1:21.9	3900m:	53:18.3	1:23.0			
31.				2010				<b>1:11:31.0</b>		<b>365</b>		
	100m:	1:15.0	1:15.0	1400m:	19:28.0	1:26.0	2700m:	38:28.0	1:28.0	4000m:	57:13.0	1:27.0
	200m:	2:35.0	1:20.0	1500m:	20:54.0	1:26.0	2800m:	39:53.0	1:25.0	4100m:	58:40.0	1:27.0
	300m:	3:56.0	1:21.0	1600m:	22:22.0	1:28.0	2900m:	41:18.0	1:25.0	4200m:	1:00:06.0	1:26.0
	400m:	5:19.0	1:23.0	1700m:	23:48.0	1:26.0	3000m:	42:44.0	1:26.0	4300m:	1:01:33.0	1:27.0
	500m:	6:43.0	1:24.0	1800m:	25:15.0	1:27.0	3100m:	44:10.0	1:26.0	4400m:	1:02:59.0	1:26.0
	600m:	8:07.0	1:24.0	1900m:	26:43.0	1:28.0	3200m:	45:37.0	1:27.0	4500m:	1:04:25.0	1:26.0
	700m:	9:30.0	1:23.0	2000m:	28:10.0	1:27.0	3300m:	47:04.0	1:27.0	4600m:	1:05:51.0	1:26.0
	800m:	10:55.0	1:25.0	2100m:	29:38.0	1:28.0	3400m:	48:31.0	1:27.0	4700m:	1:07:17.0	1:26.0
	900m:	12:20.0	1:25.0	2200m:	31:06.0	1:28.0	3500m:	49:58.0	1:27.0	4800m:	1:08:42.0	1:25.0
	1000m:	13:45.0	1:25.0	2300m:	32:35.0	1:29.0	3600m:	51:25.0	1:27.0	4900m:	1:10:08.0	1:26.0
	1100m:	15:10.0	1:25.0	2400m:	34:03.0	1:28.0	3700m:	52:52.0	1:27.0	5000m:	1:11:31.0	1:23.0
	1200m:	16:37.0	1:27.0	2500m:	35:31.0	1:28.0	3800m:	54:19.0	1:27.0			
	1300m:	18:02.0	1:25.0	2600m:	37:00.0	1:29.0	3900m:	55:46.0	1:27.0			



# ВОЛГОГРАД

 Поселок металлургов, д.84А,  
 учебно-тренировочный центр  
 Всероссийской федерации плавания

# ТУРНИР

## НА ПРИЗЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ ПО ПЛАВАНИЮ НА ДИСТАНЦИИ 5000 М

# 30 ИЮНЯ 2024

2

, 5000m

2011

30.06.2024

: FINA 2024

			/					R.T.					
1.			2003						53:30.9	739			
100m:	1:03.4	1:03.4	1400m:	14:55.2	1:04.1	2700m:	28:48.8	1:03.9	4000m:	42:46.2	1:04.7		
200m:	2:08.0	1:04.5	1500m:	15:59.6	1:04.3	2800m:	29:52.9	1:04.0	4100m:	43:51.3	1:05.1		
300m:	3:11.5	1:03.5	1600m:	17:03.9	1:04.3	2900m:	30:57.1	1:04.2	4200m:	44:56.6	1:05.2		
400m:	4:15.8	1:04.2	1700m:	18:07.7	1:03.7	3000m:	32:01.4	1:04.2	4300m:	46:01.4	1:04.8		
500m:	5:19.9	1:04.1	1800m:	19:10.7	1:03.0	3100m:	33:05.8	1:04.4	4400m:	47:06.7	1:05.2		
600m:	6:23.6	1:03.6	1900m:	20:13.4	1:02.6	3200m:	34:10.5	1:04.7	4500m:	48:12.4	1:05.7		
700m:	7:27.5	1:03.8	2000m:	21:17.9	1:04.4	3300m:	35:15.1	1:04.6	4600m:	49:17.9	1:05.4		
800m:	8:31.4	1:03.8	2100m:	22:22.8	1:04.8	3400m:	36:19.8	1:04.6	4700m:	50:22.9	1:05.0		
900m:	9:35.2	1:03.8	2200m:	23:27.7	1:04.9	3500m:	37:24.3	1:04.5	4800m:	51:27.3	1:04.3		
1000m:	10:39.2	1:04.0	2300m:	24:32.8	1:05.0	3600m:	38:28.8	1:04.5	4900m:	52:31.2	1:03.9		
1100m:	11:43.2	1:03.9	2400m:	25:37.0	1:04.2	3700m:	39:32.5	1:03.6	5000m:	53:30.9	59.6		
1200m:	12:47.2	1:03.9	2500m:	26:40.7	1:03.7	3800m:	40:36.5	1:04.0					
1300m:	13:51.0	1:03.8	2600m:	27:44.8	1:04.0	3900m:	41:41.4	1:04.9					
2.			1998						54:06.8	715			
100m:	1:03.9	1:03.9	1400m:	14:51.4	1:04.0	2700m:	28:50.7	1:04.3	4000m:	43:07.0	1:05.4		
200m:	2:07.0	1:03.0	1500m:	15:55.5	1:04.1	2800m:	29:56.0	1:05.3	4100m:	44:12.9	1:05.8		
300m:	3:09.9	1:02.9	1600m:	16:59.6	1:04.0	2900m:	31:01.8	1:05.7	4200m:	45:19.1	1:06.2		
400m:	4:13.5	1:03.6	1700m:	18:03.7	1:04.1	3000m:	32:07.3	1:05.5	4300m:	46:25.0	1:05.8		
500m:	5:17.4	1:03.9	1800m:	19:07.9	1:04.2	3100m:	33:14.2	1:06.8	4400m:	47:31.2	1:06.2		
600m:	6:21.0	1:03.6	1900m:	20:12.5	1:04.5	3200m:	34:20.0	1:05.8	4500m:	48:37.4	1:06.1		
700m:	7:25.0	1:03.9	2000m:	21:17.6	1:05.0	3300m:	35:26.0	1:06.0	4600m:	49:43.7	1:06.3		
800m:	8:28.5	1:03.5	2100m:	22:22.7	1:05.0	3400m:	36:32.2	1:06.1	4700m:	50:49.8	1:06.0		
900m:	9:32.1	1:03.5	2200m:	23:27.6	1:04.9	3500m:	37:38.2	1:06.0	4800m:	51:56.4	1:06.5		
1000m:	10:35.7	1:03.6	2300m:	24:32.5	1:04.9	3600m:	38:44.4	1:06.1	4900m:	53:02.8	1:06.4		
1100m:	11:39.6	1:03.8	2400m:	25:37.7	1:05.1	3700m:	39:50.3	1:05.9	5000m:	54:06.8	1:03.9		
1200m:	12:43.4	1:03.7	2500m:	26:41.8	1:04.1	3800m:	40:55.8	1:05.5					
1300m:	13:47.4	1:03.9	2600m:	27:46.3	1:04.5	3900m:	42:01.5	1:05.7					
3.			2002						54:20.1	706			
100m:	2:29.8	2:29.8	1500m:	15:59.3	1:04.3	2800m:	30:06.7	1:06.0	4100m:	44:27.0	1:06.1		
200m:	3:11.9	42.0	1600m:	17:04.1	1:04.7	2900m:	31:12.5	1:05.7	4200m:	45:33.7	1:06.6		
400m:	4:15.7	1:03.8	1700m:	18:08.4	1:04.3	3000m:	32:18.7	1:06.2	4300m:	46:39.9	1:06.1		
500m:	5:19.6	1:03.8	1800m:	19:12.6	1:04.1	3100m:	33:24.4	1:05.7	4400m:	47:46.4	1:06.4		
600m:	6:23.4	1:03.7	1900m:	20:16.9	1:04.3	3200m:	34:30.8	1:06.3	4500m:	48:52.4	1:06.0		
700m:	7:27.2	1:03.8	2000m:	21:22.1	1:05.1	3300m:	35:37.1	1:06.3	4600m:	49:58.8	1:06.3		
800m:	8:30.8	1:03.6	2100m:	22:27.5	1:05.4	3400m:	36:42.7	1:05.5	4700m:	51:05.1	1:06.3		
900m:	9:34.5	1:03.6	2200m:	23:32.9	1:05.3	3500m:	37:49.0	1:06.3	4800m:	52:11.6	1:06.4		
1000m:	10:38.4	1:03.8	2300m:	24:38.0	1:05.1	3600m:	38:55.5	1:06.5	4900m:	53:17.5	1:05.8		
1100m:	11:42.4	1:04.0	2400m:	25:43.5	1:05.4	3700m:	40:01.8	1:06.2	5000m:	54:20.1	1:02.6		
1200m:	12:46.5	1:04.0	2500m:	26:49.1	1:05.6	3800m:	41:08.0	1:06.1					
1300m:	13:50.5	1:04.0	2600m:	27:54.9	1:05.7	3900m:	42:14.1	1:06.1					
1400m:	14:54.9	1:04.4	2700m:	29:00.7	1:05.7	4000m:	43:20.9	1:06.7					
4.			1997						54:32.5	698			
100m:	1:00.1	1:00.1	1400m:	14:53.5	1:04.9	2700m:	29:05.4	1:05.6	4000m:	43:27.8	1:07.8		
200m:	2:01.3	1:01.2	1500m:	15:57.4	1:03.9	2800m:	30:11.2	1:05.8	4100m:	44:33.5	1:05.7		
300m:	3:07.8	1:06.5	1600m:	17:02.3	1:04.9	2900m:	31:17.8	1:06.6	4200m:	45:41.2	1:07.7		
400m:	4:11.2	1:03.4	1700m:	18:08.2	1:05.9	3000m:	32:23.6	1:05.8	4300m:	46:48.0	1:06.8		
500m:	5:15.6	1:04.4	1800m:	19:14.5	1:06.3	3100m:	33:29.4	1:05.8	4400m:	47:56.2	1:08.2		
600m:	6:18.5	1:02.9	1900m:	20:19.5	1:05.0	3200m:	34:34.5	1:05.1	4500m:	49:02.3	1:06.1		
700m:	7:22.4	1:03.9	2000m:	21:25.4	1:05.9	3300m:	35:41.8	1:07.3	4600m:	50:09.6	1:07.3		
800m:	8:26.4	1:04.0	2100m:	22:30.2	1:04.8	3400m:	36:47.2	1:05.4	4700m:	51:17.4	1:07.8		
900m:	9:30.1	1:03.7	2200m:	23:35.6	1:05.4	3500m:	37:53.1	1:05.9	4800m:	52:23.6	1:06.2		
1000m:	10:35.4	1:05.3	2300m:	24:41.5	1:05.9	3600m:	38:59.8	1:06.7	4900m:	53:29.6	1:06.0		
1100m:	11:39.8	1:04.4	2400m:	25:45.9	1:04.4	3700m:	40:05.7	1:05.9	5000m:	54:32.5	1:02.9		
1200m:	12:43.6	1:03.8	2500m:	26:53.1	1:07.2	3800m:	41:13.5	1:07.8					
1300m:	13:48.6	1:05.0	2600m:	27:59.8	1:06.7	3900m:	42:20.0	1:06.5					

								R.T.			
5.				1997					<b>55:02.6</b>		679
100m:	1:04.7	1:04.7	1400m:	15:11.6	1:05.5	2700m:	29:33.2	1:06.7	4000m:	43:58.3	1:05.5
200m:	2:10.1	1:05.4	1500m:	16:17.1	1:05.5	2800m:	30:39.6	1:06.4	4100m:	45:04.1	1:05.7
300m:	3:15.3	1:05.2	1600m:	17:22.7	1:05.5	2900m:	31:46.2	1:06.5	4200m:	46:10.3	1:06.1
400m:	4:20.5	1:05.1	1700m:	18:28.7	1:06.0	3000m:	32:53.3	1:07.1	4300m:	47:17.1	1:06.8
500m:	5:25.5	1:05.0	1800m:	19:34.6	1:05.8	3100m:	34:00.7	1:07.3	4400m:	48:23.9	1:06.7
600m:	6:30.4	1:04.9	1900m:	20:40.6	1:06.0	3200m:	35:07.6	1:06.9	4500m:	49:30.7	1:06.7
700m:	7:35.0	1:04.5	2000m:	21:46.8	1:06.1	3300m:	36:14.5	1:06.8	4600m:	50:37.4	1:06.6
800m:	8:39.7	1:04.6	2100m:	22:53.3	1:06.5	3400m:	37:20.9	1:06.4	4700m:	51:44.3	1:06.9
900m:	9:44.7	1:05.0	2200m:	24:00.0	1:06.6	3500m:	38:27.7	1:06.7	4800m:	52:51.0	1:06.6
1000m:	10:49.9	1:05.1	2300m:	25:06.5	1:06.5	3600m:	39:34.3	1:06.6	4900m:	53:58.0	1:07.0
1100m:	11:55.2	1:05.3	2400m:	26:13.3	1:06.7	3700m:	40:40.9	1:06.5	5000m:	55:02.6	1:04.5
1200m:	13:00.8	1:05.5	2500m:	27:20.1	1:06.8	3800m:	41:47.3	1:06.4			
1300m:	14:06.1	1:05.3	2600m:	28:26.4	1:06.2	3900m:	42:52.8	1:05.4			
6.			2001						<b>55:39.7</b>		657
100m:	1:04.6	1:04.6	1400m:	15:19.4	1:06.3	2700m:	29:50.1	1:06.9	4000m:	44:16.7	1:07.6
200m:	2:10.2	1:05.6	1500m:	16:26.0	1:06.6	2800m:	30:56.9	1:06.8	4100m:	45:25.5	1:08.8
300m:	3:15.8	1:05.5	1600m:	17:32.7	1:06.7	2900m:	32:03.8	1:06.9	4200m:	46:33.9	1:08.4
400m:	4:21.2	1:05.4	1700m:	18:39.2	1:06.5	3000m:	33:11.4	1:07.5	4300m:	47:42.8	1:08.8
500m:	5:26.7	1:05.4	1800m:	19:46.3	1:07.0	3100m:	34:18.7	1:07.3	4400m:	48:51.2	1:08.3
600m:	6:31.9	1:05.2	1900m:	20:53.2	1:06.8	3200m:	35:25.9	1:07.1	4500m:	50:00.6	1:09.4
700m:	7:38.0	1:06.0	2000m:	22:00.1	1:06.9	3300m:	36:32.0	1:06.1	4600m:	51:09.9	1:09.3
800m:	8:43.7	1:05.7	2100m:	23:07.5	1:07.4	3400m:	37:38.0	1:06.0	4700m:	52:19.3	1:09.4
900m:	9:49.4	1:05.7	2200m:	24:14.7	1:07.1	3500m:	38:44.6	1:06.5	4800m:	53:26.9	1:07.5
1000m:	10:55.1	1:05.7	2300m:	25:22.2	1:07.4	3600m:	39:50.7	1:06.1	4900m:	54:34.1	1:07.1
1100m:	12:00.7	1:05.5	2400m:	26:29.3	1:07.1	3700m:	40:56.5	1:05.8	5000m:	55:39.7	1:05.5
1200m:	13:06.4	1:05.7	2500m:	27:36.2	1:06.9	3800m:	42:02.8	1:06.2			
1300m:	14:13.0	1:06.6	2600m:	28:43.1	1:06.8	3900m:	43:09.0	1:06.2			
7.			2003						<b>55:44.5</b>		654
100m:	1:04.6	1:04.6	1400m:	15:25.4	1:07.7	2800m:	31:08.9	1:07.3	4100m:	45:44.7	1:07.3
200m:	2:09.5	1:04.8	1500m:	16:32.4	1:06.9	2900m:	32:16.1	1:07.1	4200m:	46:52.0	1:07.2
300m:	3:15.0	1:05.5	1600m:	17:39.7	1:07.3	3000m:	33:23.6	1:07.4	4300m:	47:59.0	1:07.0
400m:	4:20.7	1:05.6	1700m:	18:46.8	1:07.1	3100m:	34:31.0	1:07.3	4400m:	49:05.9	1:06.9
500m:	5:26.3	1:05.5	1800m:	19:53.9	1:07.1	3200m:	35:37.9	1:06.9	4500m:	50:13.1	1:07.1
600m:	6:31.8	1:05.5	1900m:	21:01.3	1:07.3	3300m:	36:44.6	1:06.6	4600m:	51:20.5	1:07.3
700m:	7:37.8	1:06.0	2100m:	22:08.7	1:07.4	3400m:	37:52.1	1:07.5	4700m:	52:27.0	1:06.5
800m:	8:43.8	1:06.0	2200m:	23:16.4	1:07.6	3500m:	38:59.6	1:07.5	4800m:	53:32.8	1:05.7
900m:	9:50.3	1:06.4	2300m:	24:24.0	1:07.6	3600m:	40:07.5	1:07.8	4900m:	54:39.1	1:06.2
1000m:	10:56.7	1:06.4	2400m:	25:32.3	1:08.3	3700m:	41:14.7	1:07.2	5000m:	55:44.5	1:05.3
1100m:	12:03.0	1:06.2	2500m:	27:47.3	2:15.0	3800m:	42:22.5	1:07.8			
1200m:	13:10.1	1:07.1	2600m:	28:54.4	1:07.0	3900m:	43:30.3	1:07.7			
1300m:	14:17.7	1:07.6	2700m:	30:01.6	1:07.1	4000m:	44:37.3	1:07.0			
8.			2003						<b>56:13.4</b>		637
100m:	1:03.8	1:03.8	1400m:	15:10.0	1:06.1	2700m:	29:44.0	1:08.1	4000m:	44:37.5	1:09.4
200m:	2:08.9	1:05.0	1500m:	16:16.1	1:06.1	2800m:	30:52.2	1:08.1	4100m:	45:46.8	1:09.2
300m:	3:13.8	1:04.8	1600m:	17:22.8	1:06.6	2900m:	32:00.7	1:08.4	4200m:	46:56.4	1:09.6
400m:	4:18.4	1:04.5	1700m:	18:29.5	1:06.7	3000m:	33:08.9	1:08.1	4300m:	48:06.2	1:09.8
500m:	5:22.6	1:04.2	1800m:	19:36.6	1:07.1	3100m:	34:17.0	1:08.0	4400m:	49:16.2	1:10.0
600m:	6:26.6	1:04.0	1900m:	20:43.8	1:07.2	3200m:	35:25.6	1:08.6	4500m:	50:25.6	1:09.4
700m:	7:31.3	1:04.7	2000m:	21:51.3	1:07.4	3300m:	36:34.2	1:08.5	4600m:	51:35.5	1:09.8
800m:	8:36.2	1:04.8	2100m:	22:58.5	1:07.1	3400m:	37:42.9	1:08.7	4700m:	52:45.5	1:10.0
900m:	9:41.1	1:04.8	2200m:	24:05.9	1:07.4	3500m:	38:51.6	1:08.6	4800m:	53:55.5	1:09.9
1000m:	10:46.5	1:05.4	2300m:	25:13.2	1:07.2	3600m:	40:00.6	1:09.0	4900m:	55:05.0	1:09.5
1100m:	11:52.1	1:05.5	2400m:	26:20.6	1:07.3	3700m:	41:09.7	1:09.0	5000m:	56:13.4	1:08.3
1200m:	12:57.9	1:05.8	2500m:	27:28.0	1:07.4	3800m:	42:18.7	1:09.0			
1300m:	14:03.9	1:05.9	2600m:	28:35.9	1:07.8	3900m:	43:28.0	1:09.3			

2, | 5000m | |, 2011 |

									R.T.		
<b>9.</b>					<b>2007</b>				<b>56:17.4</b>	<b>635</b>	
100m:	1:03.1	1:03.1	1400m:	15:32.6	1:07.1	2700m:	30:12.5	1:07.8	4000m:	44:58.7	1:07.8
200m:	2:08.2	1:05.1	1500m:	16:40.0	1:07.4	2800m:	31:20.6	1:08.0	4100m:	46:07.8	1:09.0
300m:	3:14.0	1:05.7	1600m:	17:47.2	1:07.2	2900m:	32:28.6	1:08.0	4200m:	47:17.1	1:09.3
400m:	4:20.9	1:06.8	1700m:	18:54.3	1:07.0	3000m:	33:36.6	1:07.9	4300m:	48:26.1	1:08.9
500m:	5:28.2	1:07.3	1800m:	20:01.3	1:07.0	3100m:	34:44.7	1:08.0	4400m:	49:34.8	1:08.7
600m:	6:35.9	1:07.6	1900m:	21:08.2	1:06.8	3200m:	35:52.8	1:08.1	4500m:	50:43.8	1:09.0
700m:	7:42.9	1:07.0	2000m:	22:16.0	1:07.8	3300m:	37:01.3	1:08.5	4600m:	51:52.1	1:08.3
800m:	8:50.4	1:07.4	2100m:	23:23.5	1:07.5	3400m:	38:09.5	1:08.2	4700m:	53:00.2	1:08.0
900m:	9:57.2	1:06.8	2200m:	24:31.2	1:07.7	3500m:	39:17.8	1:08.2	4800m:	54:08.0	1:07.7
1000m:	11:03.8	1:06.6	2300m:	25:39.5	1:08.2	3600m:	40:26.3	1:08.5	4900m:	55:13.6	1:05.6
1100m:	12:10.8	1:06.9	2400m:	26:47.9	1:08.3	3700m:	41:34.1	1:07.8	5000m:	56:17.4	1:03.7
1200m:	13:18.0	1:07.1	2500m:	27:56.3	1:08.4	3800m:	42:42.6	1:08.5			
1300m:	14:25.4	1:07.4	2600m:	29:04.7	1:08.3	3900m:	43:50.8	1:08.2			
<b>10.</b>					<b>2004</b>				<b>56:22.4</b>	<b>632</b>	
100m:	1:04.5	1:04.5	1400m:	15:31.0	1:07.0	2700m:	29:03.7	1:08.0	4000m:	43:50.8	1:08.7
200m:	2:11.2	1:06.7	1500m:	16:38.1	1:07.1	2800m:	30:11.7	1:08.0	4100m:	44:59.1	1:08.2
300m:	3:18.0	1:06.7	1600m:	17:45.0	1:06.9	2900m:	31:20.1	1:08.4	4200m:	47:16.7	2:17.6
400m:	4:24.6	1:06.5	1700m:	18:52.3	1:07.2	3000m:	32:28.8	1:08.6	4300m:	48:25.5	1:08.7
500m:	5:30.8	1:06.2	1800m:	20:00.1	1:07.7	3100m:	33:37.3	1:08.5	4400m:	49:34.4	1:08.9
600m:	6:37.2	1:06.4	1900m:	21:07.6	1:07.4	3200m:	34:45.0	1:07.6	4500m:	50:43.6	1:09.1
700m:	7:43.6	1:06.4	2000m:	22:15.2	1:07.6	3300m:	35:52.7	1:07.7	4600m:	51:52.1	1:08.4
800m:	8:49.7	1:06.0	2100m:	23:01.2	45.9	3400m:	37:01.0	1:08.2	4700m:	53:00.0	1:07.9
900m:	9:56.2	1:06.4	2200m:	23:23.3	22.1	3500m:	38:09.0	1:08.0	4800m:	54:08.1	1:08.0
1000m:	11:03.1	1:06.9	2300m:	24:31.2	1:07.8	3600m:	39:17.2	1:08.2	4900m:	55:15.7	1:07.5
1100m:	12:09.9	1:06.8	2400m:	25:39.1	1:07.8	3700m:	40:25.4	1:08.1	5000m:	56:22.4	1:06.7
1200m:	13:16.8	1:06.8	2500m:	26:47.4	1:08.2	3800m:	41:33.6	1:08.1			
1300m:	14:23.9	1:07.1	2600m:	27:55.7	1:08.3	3900m:	42:42.1	1:08.5			
<b>11.</b>					<b>2009</b>				<b>56:54.7</b>	<b>614</b>	
100m:	1:05.6	1:05.6	1400m:	15:42.9	1:07.2	2700m:	30:32.0	1:08.8	4000m:	45:26.8	1:09.2
200m:	2:13.3	1:07.6	1500m:	16:50.4	1:07.4	2800m:	31:40.6	1:08.5	4100m:	46:36.4	1:09.6
300m:	3:19.9	1:06.5	1600m:	17:58.2	1:07.8	2900m:	32:49.8	1:09.1	4200m:	47:46.4	1:09.9
400m:	4:26.7	1:06.8	1700m:	19:06.6	1:08.3	3000m:	33:58.2	1:08.4	4300m:	48:55.3	1:08.9
500m:	5:34.1	1:07.3	1800m:	20:14.3	1:07.7	3100m:	35:06.1	1:07.9	4400m:	50:04.1	1:08.7
600m:	6:41.8	1:07.7	1900m:	21:23.0	1:08.7	3200m:	36:14.6	1:08.4	4500m:	51:13.1	1:09.0
700m:	7:49.4	1:07.6	2000m:	22:30.7	1:07.7	3300m:	37:23.6	1:08.9	4600m:	52:22.3	1:09.1
800m:	8:57.1	1:07.7	2100m:	23:39.3	1:08.5	3400m:	38:32.9	1:09.3	4700m:	53:31.9	1:09.6
900m:	10:05.3	1:08.2	2200m:	24:47.9	1:08.6	3500m:	39:41.9	1:08.9	4800m:	54:40.6	1:08.6
1000m:	11:12.5	1:07.2	2300m:	25:57.1	1:09.1	3600m:	40:50.7	1:08.8	4900m:	55:49.6	1:08.9
1100m:	12:20.3	1:07.7	2400m:	27:05.4	1:08.3	3700m:	41:59.7	1:09.0	5000m:	56:54.7	1:05.1
1200m:	13:28.2	1:07.8	2500m:	28:14.6	1:09.1	3800m:	43:08.6	1:08.9			
1300m:	14:35.7	1:07.5	2600m:	29:23.2	1:08.5	3900m:	44:17.6	1:08.9			
<b>12.</b>					<b>2005</b>				<b>56:56.7</b>	<b>613</b>	
100m:	1:03.7	1:03.7	1400m:	15:26.7	1:07.5	2700m:	30:14.4	1:08.8	4000m:	45:19.2	1:10.2
200m:	2:08.9	1:05.1	1500m:	16:34.5	1:07.7	2800m:	31:23.5	1:09.0	4100m:	46:29.6	1:10.3
300m:	3:13.7	1:04.8	1600m:	17:42.0	1:07.5	2900m:	32:32.8	1:09.3	4200m:	47:39.9	1:10.3
400m:	4:18.8	1:05.0	1700m:	18:49.7	1:07.7	3000m:	33:41.6	1:08.7	4300m:	48:50.6	1:10.6
500m:	5:23.8	1:04.9	1800m:	19:58.0	1:08.2	3100m:	34:50.6	1:09.0	4400m:	50:01.5	1:10.8
600m:	6:29.6	1:05.8	1900m:	21:06.2	1:08.2	3200m:	36:00.3	1:09.6	4500m:	51:11.9	1:10.4
700m:	7:36.1	1:06.5	2000m:	22:14.1	1:07.8	3300m:	37:09.5	1:09.2	4600m:	52:22.9	1:11.0
800m:	8:42.7	1:06.5	2100m:	23:22.3	1:08.2	3400m:	38:19.7	1:10.1	4700m:	53:32.1	1:09.2
900m:	9:49.8	1:07.1	2200m:	24:30.3	1:08.0	3500m:	39:29.2	1:09.5	4800m:	54:40.8	1:08.7
1000m:	10:56.8	1:07.0	2300m:	25:38.7	1:08.3	3600m:	40:39.3	1:10.1	4900m:	55:49.5	1:08.6
1100m:	12:04.2	1:07.3	2400m:	26:47.5	1:08.8	3700m:	41:49.3	1:09.9	5000m:	56:56.7	1:07.1
1200m:	13:11.6	1:07.3	2500m:	27:56.3	1:08.8	3800m:	42:59.1	1:09.8			
1300m:	14:19.2	1:07.6	2600m:	29:05.6	1:09.2	3900m:	44:08.9	1:09.8			

12, 5000m 2011

							R.T.					
<b>13.</b>				<b>2007</b>			<b>57:26.8</b>			<b>597</b>		
100m:	1:03.2	1:03.2	1400m:	15:36.3	1:07.8	2700m:	30:30.6	1:09.8	4000m:	45:47.7	1:10.4	
200m:	2:09.5	1:06.2	1500m:	16:44.7	1:08.3	2800m:	31:39.9	1:09.2	4100m:	46:58.1	1:10.4	
300m:	3:16.2	1:06.7	1600m:	17:51.7	1:07.0	2900m:	32:49.8	1:09.9	4200m:	48:07.9	1:09.7	
400m:	4:23.1	1:06.9	1700m:	18:59.4	1:07.6	3000m:	33:59.5	1:09.7	4300m:	49:17.3	1:09.4	
500m:	5:30.2	1:07.0	1800m:	20:07.6	1:08.1	3100m:	35:09.0	1:09.5	4400m:	50:26.9	1:09.6	
600m:	6:36.9	1:06.7	1900m:	21:16.1	1:08.5	3200m:	36:20.4	1:11.3	4500m:	51:37.1	1:10.1	
700m:	7:44.0	1:07.0	2000m:	22:25.4	1:09.2	3300m:	37:31.6	1:11.1	4600m:	52:46.9	1:09.7	
800m:	8:50.9	1:06.9	2100m:	23:34.9	1:09.4	3400m:	38:42.9	1:11.2	4700m:	53:56.8	1:09.8	
900m:	9:57.6	1:06.7	2200m:	24:43.7	1:08.7	3500m:	39:54.6	1:11.7	4800m:	55:06.9	1:10.1	
1000m:	11:04.9	1:07.2	2300m:	25:52.6	1:08.9	3600m:	41:06.7	1:12.0	4900m:	56:17.3	1:10.4	
1100m:	12:12.7	1:07.8	2400m:	27:02.3	1:09.6	3700m:	42:18.4	1:11.7	5000m:	57:26.8	1:09.5	
1200m:	13:20.7	1:07.9	2500m:	28:11.3	1:09.0	3800m:	43:28.6	1:10.2				
1300m:	14:28.5	1:07.8	2600m:	29:20.8	1:09.4	3900m:	44:37.3	1:08.6				
<b>14.</b>				<b>2005</b>			<b>57:43.1</b>			<b>589</b>		
100m:	1:05.3	1:05.3	1400m:	15:50.5	1:08.7	2700m:	30:53.5	1:09.8	4000m:	46:08.3	1:09.9	
200m:	2:12.6	1:07.2	1500m:	16:59.0	1:08.5	2800m:	32:03.6	1:10.0	4100m:	47:17.4	1:09.1	
300m:	3:19.3	1:06.6	1600m:	18:08.0	1:09.0	2900m:	33:13.3	1:09.6	4200m:	48:26.6	1:09.2	
400m:	4:27.0	1:07.7	1700m:	19:17.1	1:09.0	3000m:	34:23.9	1:10.5	4300m:	49:36.1	1:09.4	
500m:	5:34.4	1:07.4	1800m:	20:26.4	1:09.3	3100m:	35:34.9	1:11.0	4400m:	50:45.8	1:09.6	
600m:	6:42.9	1:08.4	1900m:	21:35.1	1:08.7	3200m:	36:45.3	1:10.4	4500m:	51:57.3	1:11.5	
700m:	7:51.7	1:08.7	2000m:	22:44.5	1:09.3	3300m:	37:55.4	1:10.0	4600m:	53:07.7	1:10.4	
800m:	9:01.6	1:09.9	2100m:	23:53.4	1:08.8	3400m:	39:05.2	1:09.8	4700m:	54:17.5	1:09.8	
900m:	10:10.0	1:08.4	2200m:	25:03.6	1:10.2	3500m:	40:15.1	1:09.8	4800m:	55:27.0	1:09.5	
1000m:	11:17.4	1:07.3	2300m:	26:12.8	1:09.1	3600m:	41:26.4	1:11.3	4900m:	56:36.4	1:09.3	
1100m:	12:24.9	1:07.5	2400m:	27:23.2	1:10.3	3700m:	42:37.0	1:10.5	5000m:	57:43.1	1:06.7	
1200m:	13:33.0	1:08.1	2500m:	28:33.3	1:10.1	3800m:	43:47.4	1:10.3				
1300m:	14:41.7	1:08.6	2600m:	29:43.7	1:10.3	3900m:	44:58.3	1:10.9				
<b>15.</b>				<b>2006</b>			<b>57:44.0</b>			<b>588</b>		
100m:	1:06.8	1:06.8	1400m:	15:54.1	1:08.6	2700m:	31:01.7	1:08.5	4000m:	46:03.5	1:10.7	
200m:	2:13.5	1:06.7	1500m:	17:03.9	1:09.7	2800m:	32:09.4	1:07.7	4100m:	47:14.7	1:11.2	
300m:	3:20.9	1:07.3	1600m:	18:13.8	1:09.8	2900m:	33:17.9	1:08.4	4200m:	48:25.1	1:10.3	
400m:	4:28.0	1:07.1	1700m:	19:23.7	1:09.9	3000m:	34:26.9	1:08.9	4300m:	49:35.1	1:10.0	
500m:	5:35.8	1:07.8	1800m:	20:34.2	1:10.4	3100m:	35:36.1	1:09.1	4400m:	50:45.2	1:10.1	
600m:	6:43.5	1:07.6	1900m:	21:43.8	1:09.5	3200m:	36:45.1	1:09.0	4500m:	51:56.0	1:10.7	
700m:	7:51.5	1:08.0	2000m:	22:53.2	1:09.4	3300m:	37:54.7	1:09.6	4600m:	53:06.1	1:10.0	
800m:	8:59.7	1:08.1	2100m:	24:03.6	1:10.3	3400m:	39:04.0	1:09.2	4700m:	54:16.8	1:10.7	
900m:	10:08.2	1:08.4	2200m:	25:14.0	1:10.4	3500m:	40:13.6	1:09.6	4800m:	55:27.7	1:10.8	
1000m:	11:17.7	1:09.5	2300m:	26:24.0	1:10.0	3600m:	41:23.3	1:09.7	4900m:	56:36.5	1:08.8	
1100m:	12:26.5	1:08.7	2400m:	27:34.3	1:10.2	3700m:	42:32.8	1:09.5	5000m:	57:44.0	1:07.5	
1200m:	13:36.3	1:09.8	2500m:	28:44.1	1:09.8	3800m:	43:42.6	1:09.7				
1300m:	14:45.5	1:09.1	2600m:	29:53.1	1:08.9	3900m:	44:52.8	1:10.2				
<b>16.</b>				<b>2008</b>			<b>57:44.3</b>			<b>588</b>		
100m:	1:05.8	1:05.8	1400m:	15:53.5	1:08.7	2700m:	31:02.6	1:09.2	4000m:	46:15.4	1:10.4	
200m:	2:13.1	1:07.3	1500m:	17:03.5	1:10.0	2800m:	32:12.6	1:10.0	4100m:	47:26.0	1:10.6	
300m:	3:20.7	1:07.6	1600m:	18:13.8	1:10.3	2900m:	33:22.4	1:09.8	4200m:	48:35.8	1:09.8	
400m:	4:28.0	1:07.3	1700m:	19:23.7	1:09.9	3000m:	34:32.7	1:10.3	4300m:	49:45.7	1:09.9	
500m:	5:35.7	1:07.7	1800m:	20:33.7	1:10.0	3100m:	35:41.7	1:09.0	4400m:	50:55.6	1:09.9	
600m:	6:43.6	1:07.9	1900m:	21:42.9	1:09.2	3200m:	36:58.5	1:16.8	4500m:	52:05.5	1:09.9	
700m:	7:51.6	1:08.0	2000m:	22:52.6	1:09.7	3300m:	38:01.2	1:02.7	4600m:	53:14.6	1:09.1	
800m:	8:59.8	1:08.2	2100m:	24:03.6	1:11.0	3400m:	39:11.6	1:10.4	4700m:	54:23.6	1:09.0	
900m:	10:08.2	1:08.4	2200m:	25:13.7	1:10.1	3500m:	40:22.5	1:10.9	4800m:	55:31.9	1:08.3	
1000m:	11:17.1	1:08.9	2300m:	26:23.1	1:09.4	3600m:	41:33.0	1:10.5	4900m:	56:40.0	1:08.1	
1100m:	12:26.0	1:08.9	2400m:	27:33.3	1:10.2	3700m:	42:43.6	1:10.6	5000m:	57:44.3	1:04.3	
1200m:	13:35.5	1:09.5	2500m:	28:43.6	1:10.3	3800m:	43:54.5	1:10.9				
1300m:	14:44.8	1:09.3	2600m:	29:53.4	1:09.8	3900m:	45:05.0	1:10.5				

12, 5000m, 2011

R.T.

17.			2006							57:45.8	587	
	100m:	1:02.8	1:02.8	1400m:	16:01.2	1:10.4	2700m:	31:01.6	1:09.3	4000m:	46:10.9	1:09.7
	200m:	2:09.9	1:07.1	1500m:	17:10.6	1:09.3	2800m:	32:10.6	1:08.9	4100m:	47:21.1	1:10.1
	300m:	3:17.7	1:07.7	1600m:	18:19.4	1:08.8	2900m:	33:20.5	1:09.8	4200m:	48:30.5	1:09.4
	400m:	4:25.8	1:08.0	1700m:	19:29.6	1:10.2	3000m:	34:30.5	1:09.9	4300m:	49:40.8	1:10.2
	500m:	5:34.0	1:08.2	1800m:	20:39.2	1:09.6	3100m:	35:41.0	1:10.5	4400m:	50:52.2	1:11.3
	600m:	6:42.3	1:08.3	1900m:	21:48.2	1:08.9	3200m:	36:50.8	1:09.8	4500m:	52:02.0	1:09.8
	700m:	7:51.3	1:08.9	2000m:	22:57.7	1:09.5	3300m:	38:01.0	1:10.2	4600m:	53:11.8	1:09.8
	800m:	9:00.9	1:09.6	2100m:	24:07.1	1:09.4	3400m:	39:11.6	1:10.5	4700m:	54:21.9	1:10.0
	900m:	10:10.8	1:09.8	2200m:	25:16.0	1:08.8	3500m:	40:22.4	1:10.8	4800m:	55:31.4	1:09.5
	1000m:	11:20.5	1:09.7	2300m:	26:25.0	1:09.0	3600m:	41:32.4	1:09.9	4900m:	57:45.8	2:14.3
	1100m:	12:30.2	1:09.6	2400m:	27:34.0	1:08.9	3700m:	42:41.8	1:09.4	5000m:	57:45.8	
	1200m:	13:40.7	1:10.5	2500m:	28:42.7	1:08.7	3800m:	43:51.8	1:09.9			
	1300m:	14:50.8	1:10.0	2600m:	29:52.2	1:09.5	3900m:	45:01.2	1:09.3			
18.			2007							57:56.0	582	
	100m:	1:04.0	1:04.0	1400m:	16:00.7	1:10.8	2700m:	31:19.6	1:10.5	4000m:	46:28.5	1:12.0
	200m:	2:10.7	1:06.7	1500m:	17:10.7	1:10.0	2800m:	32:28.3	1:08.7	4100m:	47:39.1	1:10.6
	300m:	3:17.5	1:06.8	1600m:	18:20.5	1:09.8	2900m:	33:36.8	1:08.5	4200m:	48:49.2	1:10.1
	400m:	4:24.1	1:06.6	1700m:	19:30.3	1:09.8	3000m:	34:45.6	1:08.8	4300m:	49:59.2	1:10.0
	500m:	5:31.6	1:07.5	1800m:	20:40.1	10:09.8	3100m:	35:54.7	1:09.1	4400m:	51:09.6	1:10.4
	600m:	6:39.2	1:07.6	1900m:	21:49.5		3200m:	37:02.5	1:07.8	4500m:	52:19.8	1:10.2
	700m:	7:47.6	38.4	2000m:	23:02.1	1:12.6	3300m:	38:10.9	1:08.4	4600m:	53:27.9	1:08.1
	800m:	8:57.6	1:40.0	2100m:	24:11.8	1:09.7	3400m:	39:21.2	1:10.3	4700m:	54:36.1	1:08.2
	900m:	10:08.1	1:10.5	2200m:	25:23.3	1:11.5	3500m:	40:31.5	1:10.3	4800m:	55:44.9	1:08.8
	1000m:	11:18.5	1:10.4	2300m:	26:34.6	1:11.3	3600m:	41:42.4	1:10.9	4900m:	56:52.9	1:08.0
	1100m:	12:28.3	1:09.8	2400m:	27:46.3	1:11.7	3700m:	42:53.8	1:11.4	5000m:	57:56.0	1:03.1
	1200m:	13:39.2	1:10.9	2500m:	28:57.6	1:11.3	3800m:	44:05.2	1:11.4			
	1300m:	14:49.9	1:10.7	2600m:	30:09.1	1:11.5	3900m:	45:16.5	1:11.3			
19.			2006							58:12.5	574	
	100m:	1:05.1	1:05.1	1400m:	15:49.7	1:10.5	2700m:	31:08.9	1:11.1	4000m:	46:29.1	1:10.4
	200m:	2:12.1	1:07.0	1500m:	17:00.0	1:10.3	2800m:	32:19.5	1:10.6	4100m:	47:39.8	1:10.7
	300m:	3:19.1	1:07.0	1600m:	18:10.5	1:10.5	2900m:	33:30.0	1:10.5	4200m:	48:49.5	1:09.7
	400m:	4:26.0	1:06.9	1700m:	19:20.6	1:10.1	3000m:	34:40.9	1:10.9	4300m:	49:59.5	1:10.0
	500m:	5:32.1	1:06.1	1800m:	20:31.4	1:10.8	3100m:	35:51.7	1:10.8	4400m:	51:10.0	1:10.5
	600m:	6:38.4	1:06.3	1900m:	21:41.8	1:10.4	3200m:	37:02.5	1:10.8	4500m:	52:21.0	1:11.0
	700m:	7:44.8	1:06.4	2000m:	22:52.1	1:10.3	3300m:	38:12.7	1:10.2	4600m:	53:31.7	1:10.7
	800m:	8:51.7	1:06.9	2100m:	24:02.7	1:10.6	3400m:	39:23.5	1:10.8	4700m:	54:42.1	1:10.4
	900m:	10:01.1	1:09.4	2200m:	25:13.5	1:10.8	3500m:	40:35.0	1:11.5	4800m:	55:52.5	1:10.4
	1000m:	11:10.3	1:09.2	2300m:	26:24.5	1:11.0	3600m:	41:46.7	1:11.7	4900m:	57:03.2	1:10.7
	1100m:	12:19.6	1:09.3	2400m:	27:35.9	1:11.4	3700m:	42:57.1	1:10.4	5000m:	58:12.5	1:09.3
	1200m:	13:29.2	1:09.6	2500m:	28:46.8	1:10.9	3800m:	44:07.3	1:10.2			
	1300m:	14:39.2	1:10.0	2600m:	29:57.8	1:11.0	3900m:	45:18.7	1:11.4			
20.			2007							58:17.7	571	
	100m:	1:05.7	1:05.7	1400m:	15:54.2	1:08.5	2700m:	31:03.3	1:09.1	4000m:	46:29.7	1:11.9
	200m:	2:13.8	1:08.1	1500m:	17:04.0	1:09.8	2800m:	32:13.2	1:09.9	4100m:	47:41.4	1:11.7
	300m:	3:20.9	1:07.1	1600m:	18:14.0	1:10.0	2900m:	33:23.5	1:10.3	4200m:	48:52.8	1:11.4
	400m:	4:28.4	1:07.5	1700m:	19:23.9	1:09.9	3000m:	34:34.3	1:10.8	4300m:	50:02.2	1:09.4
	500m:	5:36.5	1:08.1	1800m:	20:34.2	1:10.3	3100m:	35:44.9	1:10.6	4400m:	51:13.7	1:11.5
	600m:	6:44.1	1:07.6	1900m:	21:44.0	1:09.8	3200m:	36:55.2	1:10.3	4500m:	52:26.0	1:12.3
	700m:	7:52.2	1:08.1	2000m:	22:53.3	1:09.3	3300m:	38:06.9	1:11.7	4600m:	53:37.7	1:11.7
	800m:	9:00.5	1:08.3	2100m:	24:03.9	1:10.6	3400m:	39:19.0	1:12.1	4700m:	54:49.9	1:12.2
	900m:	10:09.2	1:08.7	2200m:	25:13.5	1:09.6	3500m:	40:31.0	1:12.0	4800m:	56:01.3	1:11.4
	1000m:	11:17.9	1:08.7	2300m:	26:22.5	1:09.0	3600m:	41:42.7	1:11.7	4900m:	57:12.1	1:10.8
	1100m:	12:26.8	1:08.9	2400m:	27:32.5	1:10.0	3700m:	42:54.3	1:11.6	5000m:	58:17.7	1:05.6
	1200m:	13:36.2	1:09.4	2500m:	28:44.0	1:11.5	3800m:	44:05.9	1:11.6			
	1300m:	14:45.7	1:09.5	2600m:	29:54.2	1:10.2	3900m:	45:17.8	1:11.9			

## ВОЛГОГРАД

Поселок Metallургов, д.84А,  
учебно-тренировочный центр  
Всероссийской Федерации плавания

2, 5000m | 2011 |

												R.T.			
<b>21.</b>												<b>58:17.7</b>		<b>571</b>	
100m:	1:04.7	1:04.7	1400m:	15:54.2	1:08.6	2700m:	31:03.3	1:09.0	4000m:	46:30.1	1:11.9				
200m:	2:12.8	1:08.1	1500m:	17:04.0	1:09.7	2800m:	32:13.7	1:10.4	4100m:	47:41.6	1:11.5				
300m:	3:19.8	1:06.9	1600m:	18:14.0	1:10.0	2900m:	33:24.0	1:10.3	4200m:	48:52.8	1:11.2				
400m:	4:27.4	1:07.5	1700m:	19:24.1	1:10.1	3000m:	34:34.6	1:10.5	4300m:	50:01.4	1:08.5				
500m:	5:35.0	1:07.6	1800m:	20:34.2	1:10.0	3100m:	35:44.9	1:10.3	4400m:	51:13.7	1:12.3				
600m:	6:42.7	1:07.7	1900m:	21:44.0	1:09.8	3200m:	36:55.2	1:10.3	4500m:	52:26.0	1:12.2				
700m:	7:51.1	1:08.3	2000m:	22:53.3	1:09.2	3300m:	38:07.2	1:12.0	4600m:	53:37.9	1:11.9				
800m:	8:59.8	1:08.7	2100m:	24:03.9	1:10.5	3400m:	39:19.2	1:12.0	4700m:	54:49.9	1:11.9				
900m:	10:08.6	1:08.7	2200m:	25:13.8	1:09.9	3500m:	40:31.0	1:11.7	4800m:	56:01.3	1:11.3				
1000m:	11:17.9	1:09.3	2300m:	26:23.2	1:09.3	3600m:	41:42.7	1:11.7	4900m:	57:12.1	1:10.8				
1100m:	12:26.8	1:08.8	2400m:	27:33.1	1:09.9	3700m:	42:54.3	1:11.5	5000m:	58:17.7	1:05.5				
1200m:	13:36.2	1:09.3	2500m:	28:44.2	1:11.0	3800m:	44:06.2	1:11.9							
1300m:	14:45.6	1:09.4	2600m:	29:54.2	1:09.9	3900m:	45:18.1	1:11.8							
<b>22.</b>												<b>58:35.8</b>		<b>563</b>	
100m:	1:07.7	1:07.7	1400m:	16:24.9	1:10.1	2700m:	31:50.2	1:10.3	4000m:	47:05.0	1:09.9				
200m:	2:16.6	1:08.9	1500m:	17:36.0	1:11.1	2800m:	32:59.4	1:09.2	4100m:	48:15.2	1:10.2				
300m:	3:27.0	1:10.4	1600m:	18:46.2	1:10.2	2900m:	34:09.4	1:10.0	4200m:	49:25.3	1:10.1				
400m:	4:38.1	1:11.1	1700m:	19:56.8	1:10.6	3000m:	35:19.7	1:10.3	4300m:	50:35.7	1:10.4				
500m:	5:50.1	1:12.0	1800m:	21:07.1	1:10.3	3100m:	36:31.0	1:11.3	4400m:	51:45.8	1:10.1				
600m:	7:00.6	1:10.5	1900m:	22:18.4	1:11.3	3200m:	37:41.6	1:10.6	4500m:	52:56.0	1:10.2				
700m:	8:12.1	1:11.5	2000m:	23:29.8	1:11.4	3300m:	38:53.0	1:11.4	4600m:	54:05.6	1:09.6				
800m:	9:22.6	1:10.5	2100m:	24:40.2	1:10.4	3400m:	40:04.4	1:11.4	4700m:	55:14.7	1:09.1				
900m:	10:32.7	1:10.1	2200m:	25:51.8	1:11.6	3500m:	41:16.4	1:12.0	4800m:	56:23.0	1:08.3				
1000m:	11:44.0	1:11.3	2300m:	27:03.6	1:11.8	3600m:	42:28.1	1:11.7	4900m:	57:30.6	1:07.6				
1100m:	12:55.1	1:11.1	2400m:	28:16.3	1:12.7	3700m:	43:38.7	1:10.6	5000m:	58:35.8	1:05.2				
1200m:	14:04.5	1:09.4	2500m:	29:28.7	1:12.4	3800m:	44:48.4	1:09.7							
1300m:	15:14.8	1:10.3	2600m:	30:39.9	1:11.2	3900m:	45:55.1	1:06.7							
<b>23.</b>												<b>58:38.1</b>		<b>562</b>	
100m:	1:06.6	1:06.6	1400m:	16:14.1	1:11.0	2700m:	31:31.2	1:10.0	4000m:	46:54.7	1:10.9				
200m:	2:16.2	1:09.6	1500m:	17:24.2	1:10.1	2800m:	32:43.9	1:12.6	4100m:	48:06.0	1:11.2				
300m:	3:25.6	1:09.3	1600m:	18:34.5	1:10.2	2900m:	33:54.4	1:10.5	4200m:	49:17.2	1:11.2				
400m:	4:35.3	1:09.6	1700m:	19:44.8	1:10.3	3000m:	35:05.2	1:10.7	4300m:	50:28.6	1:11.3				
500m:	5:44.1	1:08.8	1800m:	20:54.8	1:10.0	3100m:	36:17.0	1:11.7	4400m:	51:39.4	1:10.7				
600m:	6:53.6	1:09.4	1900m:	22:05.8	1:10.9	3200m:	37:28.5	1:11.4	4500m:	52:50.8	1:11.4				
700m:	8:03.3	1:09.7	2000m:	23:16.7	1:10.9	3300m:	38:39.2	1:10.7	4600m:	54:01.3	1:10.4				
800m:	9:12.6	1:09.3	2100m:	24:27.0	1:10.3	3400m:	39:51.5	1:12.2	4700m:	55:12.7	1:11.4				
900m:	10:22.4	1:09.8	2200m:	25:37.8	1:10.7	3500m:	41:02.9	1:11.3	4800m:	56:23.1	1:10.4				
1000m:	11:32.2	1:09.8	2300m:	26:47.9	1:10.0	3600m:	42:12.4	1:09.5	4900m:	57:29.4	1:06.2				
1100m:	12:42.3	1:10.1	2400m:	27:58.8	1:10.9	3700m:	43:22.9	1:10.4	5000m:	58:38.1	1:08.6				
1200m:	13:53.2	1:10.8	2500m:	29:10.4	1:11.5	3800m:	44:33.0	1:10.1							
1300m:	15:03.0	1:09.8	2600m:	30:21.2	1:10.8	3900m:	45:43.8	1:10.7							
<b>24.</b>												<b>58:38.4</b>		<b>561</b>	
100m:	1:05.9	1:05.9	1400m:	16:19.5	1:10.9	2700m:	31:36.9	1:11.4	4000m:	47:04.2	1:12.8				
200m:	2:15.3	1:09.4	1500m:	17:30.8	1:11.3	2800m:	32:47.0	1:10.1	4100m:	48:14.6	1:10.4				
300m:	3:24.9	1:09.6	1600m:	18:41.9	1:11.1	2900m:	33:56.7	1:09.7	4200m:	49:24.3	1:09.7				
400m:	4:34.6	1:09.7	1700m:	19:52.6	1:10.7	3000m:	35:07.3	1:10.6	4300m:	50:34.4	1:10.1				
500m:	5:45.4	1:10.8	1800m:	21:03.3	1:10.7	3100m:	36:17.6	1:10.3	4400m:	51:43.9	1:09.5				
600m:	6:55.1	1:09.7	1900m:	22:14.0	1:10.7	3200m:	37:28.9	1:11.3	4500m:	52:52.9	1:09.0				
700m:	8:05.4	1:10.3	2000m:	23:25.6	1:11.6	3300m:	38:40.1	1:11.2	4600m:	54:02.9	1:10.0				
800m:	9:15.5	1:10.1	2100m:	24:35.8	1:10.2	3400m:	39:51.6	1:11.5	4700m:	55:13.0	1:10.1				
900m:	10:25.9	1:10.4	2200m:	25:45.0	1:09.2	3500m:	41:03.4	1:11.8	4800m:	56:23.7	1:10.7				
1000m:	11:37.0	1:11.1	2300m:	26:54.6	1:09.6	3600m:	42:14.9	1:11.5	4900m:	57:34.5	1:10.8				
1100m:	12:47.1	1:10.1	2400m:	28:04.6	1:10.0	3700m:	43:26.2	1:11.3	5000m:	58:38.4	1:03.9				
1200m:	13:57.8	1:10.7	2500m:	29:14.6	1:10.0	3800m:	44:38.5	1:12.3							
1300m:	15:08.6	1:10.8	2600m:	30:25.5	1:10.9	3900m:	45:51.4	1:12.9							

2, 5000m | 2011

			/					R.T.				
<b>25.</b>				<b>2006</b>					<b>58:50.6</b>	<b>556</b>		
100m:	1:05.6	1:05.6	1400m:	16:19.7	1:10.6	2700m:	31:46.3	1:09.8	4000m:	47:06.3	1:10.2	
200m:	2:14.7	1:09.1	1500m:	17:31.0	1:11.3	2800m:	32:56.5	1:10.1	4100m:	48:14.8	1:08.5	
300m:	3:24.8	1:10.0	1600m:	18:41.9	1:10.8	2900m:	34:08.2	1:11.7	4200m:	49:24.1	1:09.3	
400m:	4:34.5	1:09.7	1700m:	19:52.3	1:10.4	3000m:	35:19.0	1:10.8	4300m:	50:34.7	1:10.5	
500m:	5:45.2	1:10.7	1800m:	21:03.2	1:10.8	3100m:	36:29.4	1:10.4	4400m:	51:45.3	1:10.6	
600m:	6:54.9	1:09.6	1900m:	22:14.2	1:10.9	3200m:	37:39.7	1:10.3	4500m:	52:57.0	1:11.6	
700m:	8:05.3	1:10.4	2000m:	23:25.8	1:11.6	3300m:	38:52.1	1:12.3	4600m:	54:09.0	1:11.9	
800m:	9:15.3	1:09.9	2100m:	24:36.7	1:10.9	3400m:	40:02.3	1:10.1	4700m:	55:20.3	1:11.3	
900m:	10:25.9	1:10.5	2200m:	25:48.7	1:11.9	3500m:	41:13.9	1:11.6	4800m:	56:31.5	1:11.1	
1000m:	11:36.9	1:11.0	2300m:	27:01.2	1:12.5	3600m:	42:24.7	1:10.8	4900m:	57:43.4	1:11.9	
1100m:	12:47.3	1:10.3	2400m:	28:14.4	1:13.2	3700m:	43:35.6	1:10.9	5000m:	58:50.6	1:07.1	
1200m:	13:58.1	1:10.8	2500m:	29:27.1	1:12.6	3800m:	44:45.7	1:10.1				
1300m:	15:09.0	1:10.9	2600m:	30:36.5	1:09.4	3900m:	45:56.0	1:10.3				
<b>26.</b>				<b>2008</b>					<b>59:00.0</b>	<b>551</b>		
100m:	1:06.9	1:06.9	1400m:	16:16.9	1:10.0	2700m:	31:36.0	1:11.2	4000m:	47:40.4	1:20.4	
200m:	2:16.8	1:09.9	1500m:	17:26.0	1:09.1	2800m:	32:47.4	1:11.4	4100m:	48:53.0	1:12.6	
300m:	3:27.2	1:10.4	1600m:	18:35.4	1:09.4	2900m:	33:58.9	1:11.5	4200m:	49:59.1	1:06.1	
400m:	4:37.3	1:10.1	1700m:	19:49.9	1:14.5	3000m:	35:11.2	1:12.3	4300m:	51:21.2	1:22.1	
500m:	5:47.4	1:10.1	1800m:	21:00.5	1:10.6	3100m:	36:23.4	1:12.2	4400m:	52:40.0	1:18.8	
600m:	6:57.8	1:10.4	1900m:	22:09.4	1:08.9	3200m:	37:34.9	1:11.5	4500m:	53:50.0	1:10.0	
700m:	8:07.8	1:10.0	2000m:	23:19.1	1:09.7	3300m:	38:46.7	1:11.8	4600m:	54:59.0	1:09.0	
800m:	9:18.1	1:10.3	2100m:	24:29.6	1:10.5	3400m:	39:58.6	1:11.9	4800m:	56:30.0	1:31.0	
900m:	10:28.0	1:09.9	2200m:	25:40.5	1:10.9	3500m:	41:10.1	1:11.5	4900m:	57:40.0	1:10.0	
1000m:	11:37.9	1:09.9	2300m:	26:51.6	1:11.1	3600m:	42:15.2	1:05.1	5000m:	59:00.0	1:20.0	
1100m:	12:47.6	1:09.7	2400m:	28:02.5	1:10.9	3700m:	43:50.1	1:34.9				
1200m:	13:57.5	1:09.9	2500m:	29:13.5	1:11.0	3800m:	45:03.2	1:13.1				
1300m:	15:06.9	1:09.4	2600m:	30:24.8	1:11.3	3900m:	46:20.0	1:16.8				
<b>27.</b>				<b>2004</b>					<b>59:04.6</b>	<b>549</b>		
100m:	1:04.2	1:04.2	1400m:	16:20.8	1:11.9	2700m:	32:02.6	1:13.4	4000m:	48:03.1	1:14.4	
200m:	2:11.5	1:07.3	1500m:	17:33.1	1:12.3	2800m:	33:15.3	1:12.7	4100m:	49:17.0	1:13.9	
300m:	3:19.6	1:08.1	1600m:	18:44.8	1:11.7	2900m:	34:20.3	1:05.0	4200m:	50:30.8	1:13.8	
400m:	4:28.4	1:08.8	1700m:	19:57.2	1:12.4	3000m:	35:43.0	1:22.7	4300m:	51:44.5	1:13.7	
500m:	5:38.6	1:10.2	1800m:	21:08.9	1:11.7	3100m:	36:56.9	1:13.9	4400m:	52:57.6	1:13.1	
600m:	6:49.0	1:10.4	1900m:	22:21.0	1:12.1	3200m:	38:10.3	1:13.4	4500m:	54:10.4	1:12.8	
700m:	7:59.5	1:10.5	2000m:	23:33.3	1:12.3	3300m:	39:23.4	1:13.1	4600m:	55:24.4	1:14.0	
800m:	9:10.7	1:11.2	2100m:	24:45.9	1:12.6	3400m:	40:37.2	1:13.8	4700m:	56:37.4	1:13.0	
900m:	10:21.8	1:11.1	2200m:	25:57.2	1:11.3	3500m:	41:51.3	1:14.1	4800m:	57:51.7	1:14.3	
1000m:	11:33.6	1:11.8	2300m:	27:09.8	1:12.6	3600m:	43:05.4	1:14.1	4900m:	59:04.6	1:12.9	
1100m:	12:44.8	1:11.2	2400m:	28:22.8	1:13.0	3700m:	44:19.6	1:14.2	5000m:	59:04.6		
1200m:	13:57.1	1:12.3	2500m:	29:35.6	1:12.8	3800m:	45:33.5	1:13.9				
1300m:	15:08.9	1:11.8	2600m:	30:49.2	1:13.6	3900m:	46:48.7	1:15.2				
<b>28.</b>				<b>2009</b>					<b>59:09.7</b>	<b>547</b>		
100m:	1:06.3	1:06.3	1400m:	16:26.9	1:10.4	2700m:	31:53.0	1:11.2	4000m:	47:21.7	1:11.5	
200m:	2:15.8	1:09.5	1500m:	17:38.3	1:11.3	2800m:	33:05.0	1:12.0	4100m:	48:32.7	1:11.0	
300m:	3:26.0	1:10.2	1600m:	18:50.5	1:12.2	2900m:	34:16.0	1:10.9	4200m:	49:43.6	1:10.9	
400m:	4:36.8	1:10.8	1700m:	20:01.5	1:10.9	3000m:	35:27.5	1:11.5	4300m:	50:55.1	1:11.4	
500m:	5:48.4	1:11.5	1800m:	21:12.5	1:10.9	3100m:	36:38.8	1:11.2	4400m:	52:06.5	1:11.4	
600m:	6:59.7	1:11.2	1900m:	22:23.4	1:10.9	3200m:	37:50.4	1:11.6	4500m:	53:17.7	1:11.1	
700m:	8:10.8	1:11.1	2000m:	23:34.0	1:10.5	3300m:	39:01.3	1:10.8	4600m:	54:29.0	1:11.3	
800m:	9:22.3	1:11.5	2100m:	24:44.9	1:10.8	3400m:	40:12.9	1:11.6	4700m:	55:40.1	1:11.0	
900m:	10:33.9	1:11.5	2200m:	25:56.2	1:11.3	3500m:	41:24.4	1:11.4	4800m:	56:51.4	1:11.3	
1000m:	11:44.8	1:10.9	2300m:	27:07.2	1:11.0	3600m:	42:35.6	1:11.2	4900m:	58:01.8	1:10.4	
1100m:	12:56.0	1:11.2	2400m:	28:18.6	1:11.4	3700m:	43:47.6	1:11.9	5000m:	59:09.7	1:07.9	
1200m:	14:06.6	1:10.5	2500m:	29:30.4	1:11.8	3800m:	44:58.6	1:11.0				
1300m:	15:16.4	1:09.8	2600m:	30:41.7	1:11.2	3900m:	46:10.2	1:11.5				



# ВОЛГОГРАД

Поселок Metallургов, д.84А,  
учебно-тренировочный центр  
Всероссийской Федерации плавания

# ТУРНИР

НА ПРИЗЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ ПО ПЛАВАНИЮ  
НА ДИСТАНЦИИ 5000 М

30  
ИЮНЯ  
2024

2, 5000m, 2011

								R.T.			
29.				2007				59:41.0		532	
100m:	1:08.8	1:08.8	1400m:	16:31.0	1:11.6	2700m:	32:03.0	1:10.4	4000m:	47:36.7	1:12.5
200m:	2:19.6	1:10.8	1500m:	17:42.6	1:11.6	2800m:	33:14.8	1:11.8	4100m:	48:49.8	1:13.1
300m:	3:30.4	1:10.8	1600m:	18:54.2	1:11.6	2900m:	34:25.5	1:10.7	4200m:	50:02.5	1:12.7
400m:	4:41.1	1:10.7	1700m:	20:06.0	1:11.8	3000m:	35:35.9	1:10.4	4300m:	51:15.4	1:12.9
500m:	5:51.4	1:10.3	1800m:	21:17.5	1:11.5	3100m:	36:46.0	1:10.1	4400m:	52:28.0	1:12.6
600m:	7:02.1	1:10.7	1900m:	22:29.6	1:12.1	3200m:	37:58.3	1:12.3	4500m:	53:40.9	1:12.9
700m:	8:12.7	1:10.6	2000m:	23:41.8	1:12.2	3300m:	39:14.3	1:16.0	4600m:	54:53.4	1:12.5
800m:	9:24.0	1:11.3	2100m:	24:53.9	1:12.1	3400m:	40:28.1	1:13.8	4700m:	56:05.5	1:12.1
900m:	10:35.1	1:11.1	2200m:	26:05.7	1:11.8	3500m:	41:39.5	1:11.4	4800m:	57:17.9	1:12.4
1000m:	11:46.2	1:11.1	2300m:	27:17.3	1:11.6	3600m:	42:49.7	1:10.2	4900m:	58:30.1	1:12.2
1100m:	12:57.3	1:11.1	2400m:	28:29.3	1:12.0	3700m:	43:59.9	1:10.2	5000m:	59:41.0	1:10.9
1200m:	14:08.6	1:11.3	2500m:	29:41.1	1:11.8	3800m:	45:11.7	1:11.8			
1300m:	15:19.4	1:10.8	2600m:	30:52.6	1:11.5	3900m:	46:24.2	1:12.5			
30.			2009					59:51.5		528	
100m:	1:06.8	1:06.8	1400m:	16:26.5	1:11.5	2700m:	32:03.7	1:12.7	4000m:	47:40.0	1:06.8
200m:	2:17.1	1:10.3	1500m:	17:38.2	1:11.7	2800m:	33:15.7	1:12.0	4100m:	48:58.5	1:18.5
300m:	3:27.4	1:10.3	1600m:	18:50.3	1:12.1	2900m:	34:27.8	1:12.1	4200m:	50:11.4	1:12.9
400m:	4:37.8	1:10.4	1700m:	20:02.8	1:12.5	3000m:	35:40.7	1:12.9	4300m:	51:24.2	1:12.8
500m:	5:46.3	1:08.5	1800m:	21:13.5	1:10.7	3100m:	36:52.7	1:12.0	4400m:	52:36.9	1:12.7
600m:	6:59.3	1:13.0	1900m:	22:25.2	1:11.7	3200m:	38:05.4	1:12.7	4500m:	53:49.5	1:12.6
700m:	8:09.8	1:10.5	2000m:	23:37.5	1:12.3	3300m:	39:17.9	1:12.5	4600m:	55:02.4	1:12.9
800m:	9:20.4	1:10.6	2100m:	24:49.7	1:12.2	3400m:	40:30.5	1:12.6	4700m:	56:14.5	1:12.1
900m:	10:31.1	1:10.7	2200m:	26:02.0	1:12.3	3500m:	41:43.3	1:12.8	4800m:	57:27.1	1:12.6
1000m:	11:41.8	1:10.7	2300m:	27:14.4	1:12.4	3600m:	42:56.0	1:12.7	4900m:	58:39.9	1:12.8
1100m:	12:52.6	1:10.8	2400m:	28:24.8	1:10.4	3700m:	44:08.5	1:12.5	5000m:	59:51.5	1:11.6
1200m:	14:03.6	1:11.0	2500m:	29:38.9	1:14.1	3800m:	45:20.7	1:12.2			
1300m:	15:15.0	1:11.4	2600m:	30:51.0	1:12.1	3900m:	46:33.2	1:12.5			
31.			2009					1:00:12.5		519	
100m:	1:08.9	1:08.9	1400m:	16:42.0	1:11.3	2700m:	32:22.0	1:11.3	4000m:	48:11.2	1:12.3
200m:	2:20.1	1:11.2	1500m:	17:54.5	1:12.5	2800m:	33:34.9	1:12.9	4100m:	49:24.7	1:13.5
300m:	3:31.8	1:11.7	1600m:	19:07.7	1:13.2	2900m:	34:48.6	1:13.7	4200m:	50:36.7	1:12.0
400m:	4:43.8	1:12.0	1700m:	20:19.6	1:11.9	3000m:	36:01.3	1:12.7	4300m:	51:49.0	1:12.3
500m:	5:56.4	1:12.6	1800m:	21:30.2	1:10.6	3100m:	37:14.6	1:13.3	4400m:	53:00.9	1:11.9
600m:	7:08.3	1:11.9	1900m:	22:43.7	1:13.5	3200m:	38:27.6	1:13.0	4500m:	54:13.8	1:12.9
700m:	8:20.2	1:11.9	2000m:	23:55.8	1:12.1	3300m:	39:41.1	1:13.5	4600m:	55:26.2	1:12.4
800m:	9:31.7	1:11.5	2100m:	25:06.6	1:10.8	3400m:	40:53.6	1:12.5	4700m:	56:38.4	1:12.2
900m:	10:43.4	1:11.7	2200m:	26:19.6	1:13.0	3500m:	42:06.5	1:12.9	4800m:	57:51.6	1:13.2
1000m:	11:55.5	1:12.1	2300m:	27:32.2	1:12.6	3600m:	43:19.5	1:13.0	4900m:	59:03.4	1:11.8
1100m:	13:07.3	1:11.8	2400m:	28:45.2	1:13.0	3700m:	44:32.6	1:13.1	5000m:	1:00:12.5	1:09.1
1200m:	14:19.6	1:12.3	2500m:	29:57.0	1:11.8	3800m:	45:45.3	1:12.7			
1300m:	15:30.7	1:11.1	2600m:	31:10.7	1:13.7	3900m:	46:58.9	1:13.6			
32.			2006					1:00:17.0		517	
100m:	1:04.4	1:04.4	1400m:	16:16.3	1:10.9	2700m:	31:55.0	1:14.0	4000m:	47:59.6	1:14.7
200m:	2:12.3	1:07.9	1500m:	17:27.4	1:11.1	2800m:	33:08.9	1:13.8	4100m:	49:13.8	1:14.2
300m:	3:20.5	1:08.1	1600m:	18:37.1	1:09.6	2900m:	34:23.3	1:14.4	4200m:	50:27.2	1:13.3
400m:	4:30.8	1:10.2	1700m:	19:50.1	1:13.0	3000m:	35:37.8	1:14.5	4300m:	51:42.2	1:15.0
500m:	5:41.2	1:10.4	1800m:	21:01.8	1:11.6	3100m:	36:51.4	1:13.5	4400m:	52:59.0	1:16.7
600m:	6:51.8	1:10.5	1900m:	22:11.3	1:09.5	3200m:	38:04.2	1:12.8	4500m:	54:15.9	1:16.9
700m:	8:02.0	1:10.1	2000m:	23:22.0	1:10.6	3300m:	39:17.2	1:12.9	4600m:	55:32.6	1:16.6
800m:	9:12.7	1:10.7	2100m:	24:34.7	1:12.7	3400m:	40:29.5	1:12.3	4700m:	56:42.0	1:09.4
900m:	10:23.4	1:10.6	2200m:	25:46.9	1:12.1	3500m:	41:44.3	1:14.7	4800m:	57:53.1	1:11.1
1000m:	11:34.3	1:10.8	2300m:	27:00.3	1:13.4	3600m:	42:58.0	1:13.7	4900m:	59:04.2	1:11.1
1100m:	12:44.8	1:10.5	2400m:	28:13.9	1:13.5	3700m:	44:13.6	1:15.5	5000m:	1:00:17.0	1:12.7
1200m:	13:55.1	1:10.3	2500m:	29:26.9	1:13.0	3800m:	45:28.9	1:15.3			
1300m:	15:05.3	1:10.1	2600m:	30:41.0	1:14.0	3900m:	46:44.9	1:15.9			





2, 5000m | 2011

			/			R.T.						
33.				2009			1:00:52.5			502		
100m:	1:05.7	1:05.7	1400m:	16:37.9	1:12.7	2700m:	32:37.2	1:14.6	4000m:	48:44.0	1:14.7	
200m:	2:15.3	1:09.6	1500m:	17:50.3	1:12.4	2800m:	33:51.0	1:13.8	4100m:	49:58.7	1:14.7	
300m:	3:25.6	1:10.3	1600m:	19:04.2	1:13.9	2900m:	35:05.6	1:14.6	4200m:	51:13.2	1:14.5	
400m:	4:36.1	1:10.5	1700m:	20:17.0	1:12.8	3000m:	36:17.7	1:12.1	4300m:	52:26.8	1:13.6	
500m:	5:47.8	1:11.7	1800m:	21:30.8	1:13.8	3100m:	37:31.5	1:13.8	4400m:	53:40.9	1:14.1	
600m:	6:57.7	1:09.9	1900m:	22:44.6	1:13.8	3200m:	38:45.4	1:13.9	4500m:	54:54.5	1:13.6	
700m:	8:09.1	1:11.4	2000m:	23:58.1	1:13.5	3300m:	40:00.6	1:15.2	4600m:	56:07.5	1:13.0	
800m:	9:20.8	1:11.7	2100m:	25:12.2	1:14.1	3400m:	41:15.2	1:14.6	4700m:	57:19.5	1:12.0	
900m:	10:34.2	1:13.4	2200m:	26:25.4	1:13.2	3500m:	42:31.0	1:15.8	4800m:	58:31.7	1:12.2	
1000m:	11:46.4	1:12.2	2300m:	27:39.3	1:13.9	3600m:	43:45.3	1:14.3	4900m:	59:43.2	1:11.5	
1100m:	12:58.9	1:12.5	2400m:	28:53.6	1:14.3	3700m:	45:00.9	1:15.6	5000m:	1:00:52.5	1:09.3	
1200m:	14:12.6	1:13.7	2500m:	30:07.7	1:14.1	3800m:	46:15.6	1:14.7				
1300m:	15:25.2	1:12.6	2600m:	31:22.6	1:14.9	3900m:	47:29.3	1:13.7				
34.				2003			1:00:54.2			501		
100m:	1:06.5	1:06.5	1400m:	16:32.7	1:12.6	2700m:	32:31.8	1:13.6	4000m:	48:43.6	1:09.3	
200m:	2:14.7	1:08.1	1500m:	17:45.9	1:13.2	2800m:	33:45.5	1:13.7	4100m:	49:57.8	1:14.1	
300m:	3:24.1	1:09.3	1600m:	18:59.1	1:13.1	2900m:	34:59.2	1:13.7	4200m:	51:11.6	1:13.8	
400m:	4:34.3	1:10.2	1700m:	20:12.3	1:13.1	3000m:	36:14.7	1:15.5	4300m:	52:25.8	1:14.1	
500m:	5:44.9	1:10.5	1800m:	21:25.7	1:13.3	3100m:	37:29.4	1:14.7	4400m:	53:40.4	1:14.6	
600m:	6:56.0	1:11.1	1900m:	22:39.5	1:13.7	3200m:	38:44.2	1:14.8	4500m:	54:54.0	1:13.6	
700m:	8:07.3	1:11.3	2000m:	23:53.2	1:13.7	3300m:	39:59.7	1:15.4	4600m:	56:06.6	1:12.5	
800m:	9:19.1	1:11.8	2100m:	25:07.2	1:14.0	3400m:	41:14.1	1:14.4	4700m:	57:19.3	1:12.7	
900m:	10:29.8	1:10.7	2200m:	26:21.6	1:14.4	3500m:	42:28.7	1:14.5	4800m:	58:31.5	1:12.2	
1000m:	11:42.1	1:12.2	2300m:	27:35.3	1:13.7	3600m:	43:44.1	1:15.4	4900m:	59:42.9	1:11.4	
1100m:	12:54.2	1:12.1	2400m:	28:49.4	1:14.1	3700m:	44:59.7	1:15.6	5000m:	1:00:54.2	1:11.2	
1200m:	14:06.9	1:12.7	2500m:	30:03.6	1:14.2	3800m:	46:14.5	1:14.7				
1300m:	15:20.1	1:13.1	2600m:	31:18.1	1:14.4	3900m:	47:34.3	1:19.7				
35.				2009			1:00:54.7			501		
100m:	1:05.7	1:05.7	1400m:	16:32.3	1:13.6	2700m:	32:35.0	1:13.7	4000m:	48:41.3	1:15.2	
200m:	2:13.7	1:08.0	1500m:	17:45.6	1:13.3	2800m:	33:49.0	1:14.0	4100m:	49:56.0	1:14.7	
300m:	3:21.7	1:08.0	1600m:	18:58.6	1:13.0	2900m:	35:03.3	1:14.3	4200m:	51:11.8	1:15.8	
400m:	4:31.4	1:09.7	1700m:	20:12.0	1:13.4	3000m:	36:17.6	1:14.3	4300m:	52:27.1	1:15.3	
500m:	5:42.7	1:11.3	1800m:	21:24.1	1:12.1	3100m:	37:31.6	1:14.0	4400m:	53:41.7	1:14.6	
600m:	6:53.3	1:10.6	1900m:	22:38.4	1:14.3	3200m:	38:45.6	1:14.0	4500m:	54:54.4	1:12.7	
700m:	8:05.2	1:11.9	2000m:	23:53.2	1:14.8	3300m:	40:00.2	1:14.6	4600m:	56:06.2	1:11.8	
800m:	9:17.2	1:12.0	2100m:	25:07.4	1:14.2	3400m:	41:15.6	1:15.4	4700m:	57:18.8	1:12.6	
900m:	10:28.9	1:11.7	2200m:	26:22.9	1:15.5	3500m:	42:29.2	1:13.6	4800m:	58:32.4	1:13.6	
1000m:	11:40.4	1:11.5	2300m:	27:36.3	1:13.4	3600m:	43:42.1	1:12.9	4900m:	59:46.7	1:14.3	
1100m:	12:52.1	1:11.7	2400m:	28:52.1	1:15.8	3700m:	44:57.1	1:15.0	5000m:	1:00:54.7	1:08.0	
1200m:	14:04.5	1:12.4	2500m:	30:07.4	1:15.3	3800m:	46:11.1	1:14.0				
1300m:	15:18.7	1:14.2	2600m:	31:21.3	1:13.9	3900m:	47:26.1	1:15.0				
36.				2011 I			1:01:30.8			486		
100m:	1:09.3	1:09.3	1400m:	16:42.3	1:11.6	2700m:	32:22.4	1:13.1	4000m:	48:27.3	1:16.4	
200m:	2:21.1	1:11.8	1500m:	17:53.8	1:11.5	2800m:	33:34.2	1:11.8	4100m:	49:43.7	1:16.4	
300m:	3:32.3	1:11.2	1600m:	19:06.0	1:12.2	2900m:	34:47.6	1:13.4	4200m:	51:01.1	1:17.4	
400m:	4:45.0	1:12.7	1700m:	20:17.5	1:11.5	3000m:	36:00.5	1:12.9	4300m:	52:19.1	1:18.0	
500m:	5:56.8	1:11.8	1800m:	21:29.8	1:12.3	3100m:	37:13.8	1:13.3	4400m:	53:37.7	1:18.6	
600m:	7:07.3	1:10.5	1900m:	22:42.3	1:12.5	3200m:	38:25.8	1:12.0	4500m:	54:56.1	1:18.4	
700m:	8:19.6	1:12.3	2000m:	23:54.3	1:12.0	3300m:	39:41.1	1:15.3	4600m:	56:15.2	1:19.1	
800m:	9:31.3	1:11.7	2100m:	25:06.4	1:12.1	3400m:	40:55.1	1:14.0	4700m:	57:34.3	1:19.1	
900m:	10:43.0	1:11.7	2200m:	26:19.1	1:12.7	3500m:	42:09.3	1:14.2	4800m:	58:53.7	1:19.4	
1000m:	11:55.3	1:12.3	2300m:	27:31.7	1:12.6	3600m:	43:24.0	1:14.7	4900m:	1:00:13.1	1:19.4	
1100m:	13:07.2	1:11.9	2400m:	28:44.4	1:12.7	3700m:	44:39.3	1:15.3	5000m:	1:01:30.8	1:17.7	
1200m:	14:19.0	1:11.8	2500m:	29:57.1	1:12.7	3800m:	45:54.7	1:15.4				
1300m:	15:30.7	1:11.7	2600m:	31:09.3	1:12.2	3900m:	47:10.9	1:16.2				

2, | 5000m | | 2011 |

37.							R.T.	1:01:42.5		482				
	100m:	200m:	300m:	400m:	500m:	600m:		700m:	800m:					
	1:07.6	2:21.5	3:33.2	4:45.7	5:58.4	7:11.9	8:25.9	9:40.3	10:52.3	12:06.3	13:19.0	14:33.7	15:48.1	
	1:07.6	1:13.9	1:11.7	1:12.5	1:12.7	1:13.5	1:14.0	1:14.4	1:12.0	1:14.0	1:12.7	1:14.7	1:14.4	
	1400m:	17:03.4	1500m:	18:17.0	1600m:	19:32.6	1700m:	20:47.6	1800m:	22:02.3	1900m:	23:18.0	2000m:	24:33.3
	1:15.3	1:13.6	1:15.6	1:15.0	1:14.7	1:15.7	1:15.3	1:13.5	1:16.2	1:15.5	1:15.0	1:13.2	1:15.5	
	2800m:	34:31.6	2900m:	35:46.1	3000m:	37:00.4	3100m:	38:15.1	3200m:	39:30.6	3300m:	40:43.5	3400m:	41:57.8
	1:14.5	1:14.3	1:14.7	1:15.5	1:12.9	1:14.3	1:14.2	1:15.2	44.8	1:43.8	1:15.4	1:14.4	1:14.4	
	4100m:	50:39.1	4200m:	51:54.4	4300m:	53:09.8	4400m:	54:24.6	4500m:	55:39.3	4600m:	56:52.3	4700m:	58:06.4
	1:13.5	1:15.3	1:15.4	1:14.8	1:14.7	1:13.0	1:14.1	1:13.8	1:14.2	1:00:34.4	1:14.2	1:01:42.5	1:08.1	
	4800m:	59:20.2	4900m:	1:00:34.4	5000m:	1:01:42.5								
	1100m:	13:19.0	1200m:	14:33.7	1300m:	15:48.1								

  

38.							R.T.	1:01:52.3		478				
	100m:	200m:	300m:	400m:	500m:	600m:		700m:	800m:					
	1:08.5	2:19.5	3:31.1	4:42.9	5:54.8	7:05.9	8:17.9	9:29.9	10:41.7	11:53.6	13:06.8	14:18.8	15:31.9	
	1:08.5	1:11.0	1:11.5	1:11.7	1:11.9	1:11.1	1:12.0	1:11.9	1:11.7	1:11.9	1:13.2	1:12.0	1:13.0	
	1400m:	16:44.7	1500m:	17:57.5	1600m:	19:10.8	1700m:	20:23.4	1800m:	21:36.3	1900m:	22:49.0	2000m:	24:02.5
	1:12.8	1:12.7	1:13.2	1:12.5	1:12.9	1:12.7	1:13.5	1:12.9	1:13.3	1:13.1	1:13.5	1:12.8	1:13.0	
	2700m:	32:34.9	2800m:	33:49.0	2900m:	35:03.4	3000m:	36:17.6	3100m:	37:31.4	3200m:	38:45.6	3300m:	40:00.2
	1:13.5	1:14.1	1:14.4	1:14.1	1:13.8	1:14.2	1:14.5	1:15.4	1:14.8	1:15.6	1:17.2	1:17.7	1:17.4	
	4000m:	48:56.4	4100m:	50:14.5	4200m:	51:32.3	4300m:	52:48.2	4400m:	54:05.7	4500m:	55:23.5	4600m:	56:41.1
	1:17.9	1:18.1	1:17.7	1:15.9	1:17.5	1:17.7	1:18.1	1:18.5	1:18.2	1:18.2	1:16.2			
	4700m:	57:59.3	4800m:	59:17.9	4900m:	1:00:36.1	5000m:	1:01:52.3						
	1100m:	13:06.8	1200m:	14:18.8	1300m:	15:31.9								

  

39.							R.T.	1:02:11.0		471				
	100m:	200m:	300m:	400m:	500m:	600m:		700m:	800m:					
	1:08.3	2:17.9	3:28.1	4:39.4	5:51.0	7:03.0	8:14.3	9:26.7	10:40.6	11:54.3	13:07.7	14:21.9	15:35.8	
	1:08.3	1:09.6	1:10.2	1:11.2	1:11.6	1:11.9	1:11.3	1:12.4	1:13.8	1:13.7	1:13.3	1:14.2	1:13.8	
	1400m:	16:49.4	1500m:	18:05.2	1600m:	19:19.4	1700m:	20:34.4	1800m:	21:50.1	1900m:	23:04.4	2000m:	24:18.0
	1:13.6	1:15.7	1:14.1	1:15.0	1:15.6	1:14.3	1:13.5	1:13.7	1:13.7	1:13.4	1:14.3	1:12.8	1:11.8	
	2700m:	32:52.6	2800m:	34:08.8	2900m:	35:25.3	3000m:	36:41.6	3100m:	37:59.0	3200m:	39:14.0	3300m:	40:29.8
	1:14.7	1:16.1	1:16.5	1:16.2	1:17.4	1:15.0	1:15.7	1:17.0	1:16.8	1:16.1	1:16.5	1:16.3	1:16.7	
	4000m:	49:25.3	4100m:	50:42.5	4200m:	52:00.1	4300m:	53:16.7	4400m:	54:34.0	4500m:	55:51.1	4600m:	57:08.3
	1:15.7	1:17.2	1:17.6	1:16.6	1:17.2	1:17.1	1:17.2	1:16.6	1:15.7	1:16.3	1:16.3	1:16.3	1:13.8	
	4700m:	58:25.0	4800m:	59:40.8	4900m:	1:00:57.1	5000m:	1:02:11.0						
	1100m:	13:07.7	1200m:	14:21.9	1300m:	15:35.8								

  

40.							R.T.	1:02:25.3		465				
	100m:	200m:	300m:	400m:	500m:	600m:		700m:	800m:					
	1:05.8	2:17.3	3:30.7	4:44.0	6:00.3	7:16.4	8:31.8	9:47.3	11:04.0	12:20.0	13:34.3	14:49.5	16:05.4	
	1:05.8	1:11.5	1:13.4	1:13.3	1:16.3	1:16.1	1:15.4	1:15.5	1:16.7	1:16.0	1:14.3	1:15.2	1:15.9	
	1400m:	17:20.3	1500m:	18:34.7	1600m:	19:50.0	1700m:	21:05.1	1800m:	22:20.1	1900m:	23:35.3	2000m:	24:51.7
	1:14.9	1:14.4	1:15.3	1:15.1	1:15.0	1:15.2	1:16.4	1:15.5	1:15.8	1:14.9	1:15.7	1:15.1	1:15.2	
	2700m:	33:40.7	2800m:	34:55.9	2900m:	36:10.1	3000m:	37:24.9	3100m:	38:39.1	3200m:	39:54.1	3300m:	41:09.7
	1:16.8	1:15.2	1:14.2	1:14.8	1:14.2	1:15.0	1:15.6	1:14.6	1:14.6	1:14.6	1:15.2	1:15.9	1:15.7	
	4000m:	49:57.1	4100m:	51:11.8	4200m:	52:26.3	4300m:	53:41.2	4400m:	54:57.8	4500m:	56:11.7	4600m:	57:26.7
	1:16.8	1:14.7	1:14.5	1:14.9	1:16.6	1:13.9	1:15.0	1:14.7	1:15.5	1:14.4	1:14.4	1:14.4	1:14.0	
	4700m:	58:41.4	4800m:	59:56.9	4900m:	1:01:11.3	5000m:	1:02:25.3						
	1100m:	13:34.3	1200m:	14:49.5	1300m:	16:05.4								

			/			R.T.					
41.			2007 I			1:02:44.7	458				
100m:	1:10.5	1:10.5	1400m:	17:31.9	1:16.9	2700m:	33:46.4	1:13.5	4000m:	50:10.1	1:20.1
200m:	2:23.4	1:12.9	1500m:	18:50.0	1:18.1	2800m:	35:01.7	1:15.3	4100m:	51:28.0	1:17.9
300m:	3:38.9	1:15.5	1600m:	20:06.0	1:16.0	2900m:	36:16.0	1:14.3	4200m:	52:47.3	1:19.3
400m:	4:53.3	1:14.4	1700m:	21:23.1	1:17.1	3000m:	37:30.7	1:14.7	4300m:	53:59.8	1:12.5
500m:	6:09.2	1:15.9	1800m:	22:38.7	1:15.6	3100m:	38:46.4	1:15.7	4400m:	55:14.3	1:14.5
600m:	7:22.2	1:13.0	1900m:	23:48.0	1:09.3	3200m:	40:02.3	1:15.9	4500m:	56:31.4	1:17.1
700m:	8:36.6	1:14.4	2000m:	25:04.5	1:16.5	3300m:	41:18.2	1:15.9	4600m:	57:46.6	1:15.2
800m:	9:52.1	1:15.5	2100m:	26:19.6	1:15.1	3400m:	42:31.4	1:13.2	4700m:	59:02.2	1:15.6
900m:	11:07.7	1:15.6	2200m:	27:32.2	1:12.6	3500m:	43:47.7	1:16.3	4800m:	1:00:18.0	1:15.8
1000m:	12:23.5	1:15.8	2300m:	28:45.2	1:13.0	3600m:	45:04.3	1:16.6	4900m:	1:01:34.9	1:16.9
1100m:	13:42.0	1:18.5	2400m:	29:57.6	1:12.4	3700m:	46:20.8	1:16.5	5000m:	1:02:44.7	1:09.8
1200m:	15:00.0	1:18.0	2500m:	31:15.7	1:18.1	3800m:	47:34.4	1:13.6			
1300m:	16:15.0	1:15.0	2600m:	32:32.9	1:17.2	3900m:	48:50.0	1:15.6			

  

42.			2009 I			1:02:46.0	458				
100m:	1:08.5	1:08.5	1400m:	17:05.4	1:14.8	2700m:	33:33.0	1:17.3	4000m:	50:14.2	1:17.9
200m:	2:19.9	1:11.4	1500m:	18:20.4	1:15.0	2800m:	34:49.8	1:16.8	4100m:	51:32.1	1:17.9
300m:	3:32.0	1:12.1	1600m:	19:36.0	1:15.6	2900m:	36:07.0	1:17.2	4200m:	52:48.2	1:16.1
400m:	4:43.9	1:11.9	1700m:	20:51.1	1:15.1	3000m:	37:24.0	1:17.0	4300m:	54:04.7	1:16.5
500m:	5:56.8	1:12.9	1800m:	22:06.8	1:15.7	3100m:	38:41.7	1:17.7	4400m:	55:20.3	1:15.6
600m:	7:10.0	1:13.2	1900m:	23:22.6	1:15.8	3200m:	39:57.9	1:16.2	4500m:	56:35.9	1:15.6
700m:	8:23.8	1:13.8	2000m:	24:38.3	1:15.7	3300m:	41:15.6	1:17.7	4600m:	57:50.3	1:14.4
800m:	9:38.2	1:14.4	2100m:	25:54.1	1:15.8	3400m:	42:33.5	1:17.9	4700m:	59:05.2	1:14.9
900m:	10:52.7	1:14.5	2200m:	27:10.3	1:16.2	3500m:	43:49.4	1:15.9	4800m:	1:00:19.2	1:14.0
1000m:	12:06.9	1:14.2	2300m:	28:26.2	1:15.9	3600m:	45:05.2	1:15.8	4900m:	1:01:33.0	1:13.8
1100m:	13:21.2	1:14.3	2400m:	29:42.5	1:16.3	3700m:	46:21.1	1:15.9	5000m:	1:02:46.0	1:13.0
1200m:	14:35.6	1:14.4	2500m:	30:59.0	1:16.5	3800m:	47:38.9	1:17.8			
1300m:	15:50.6	1:15.0	2600m:	32:15.7	1:16.7	3900m:	48:56.3	1:17.4			

  

43.			2009			1:03:14.1	448				
100m:	1:04.9	1:04.9	1400m:	17:19.9	1:17.5	2700m:	33:47.3	1:15.5	4000m:	50:27.4	1:13.2
200m:	2:15.7	1:10.8	1500m:	18:36.0	1:16.1	2800m:	35:03.4	1:16.1	4100m:	51:42.0	1:14.6
300m:	3:29.0	1:13.2	1600m:	19:50.3	1:14.2	2900m:	36:20.5	1:17.0	4200m:	54:12.5	2:30.4
400m:	4:43.4	1:14.4	1700m:	21:02.1	1:11.7	3000m:	37:37.0	1:16.4	4300m:	55:30.9	1:18.3
500m:	5:58.7	1:15.3	1800m:	22:17.9	1:15.8	3100m:	38:55.3	1:18.3	4400m:	56:48.6	1:17.7
600m:	7:14.9	1:16.1	1900m:	23:36.4	1:18.4	3200m:	40:13.2	1:17.9	4500m:	58:07.3	1:18.6
700m:	8:30.7	1:15.7	2000m:	24:50.1	1:13.6	3300m:	41:31.5	1:18.3	4600m:	59:25.4	1:18.0
800m:	9:46.8	1:16.1	2100m:	26:06.3	1:16.2	3400m:	42:50.1	1:18.6	4700m:	1:00:42.6	1:17.2
900m:	11:02.7	1:15.8	2200m:	27:23.9	1:17.6	3500m:	44:08.4	1:18.2	4800m:	1:01:59.2	1:16.5
1000m:	12:16.8	1:14.1	2300m:	28:41.7	1:17.7	3600m:	45:21.3	1:12.9	4900m:	1:03:14.1	1:14.8
1100m:	13:29.9	1:13.0	2400m:	29:59.6	1:17.9	3700m:	46:39.0	1:17.6	5000m:	1:03:14.1	1:14.8
1200m:	14:45.9	1:15.9	2500m:	31:16.3	1:16.6	3800m:	47:57.6	1:18.6			
1300m:	16:02.4	1:16.5	2600m:	32:31.8	1:15.4	3900m:	49:14.2	1:16.5			

  

44.			2009			1:04:03.0	431				
100m:	1:07.0	1:07.0	1400m:	17:13.0	1:17.0	2700m:	33:57.0	1:18.0	4000m:	51:07.0	1:23.0
200m:	2:19.0	1:12.0	1500m:	18:28.0	1:15.0	2800m:	35:17.0	1:20.0	4100m:	52:28.0	1:21.0
300m:	3:33.0	1:14.0	1600m:	19:45.0	1:17.0	2900m:	36:36.0	1:19.0	4200m:	53:49.0	1:21.0
400m:	4:46.0	1:13.0	1700m:	21:02.0	1:17.0	3000m:	37:55.0	1:19.0	4300m:	55:10.0	1:21.0
500m:	5:59.0	1:13.0	1800m:	22:19.0	1:17.0	3100m:	39:14.0	1:19.0	4400m:	56:31.0	1:21.0
600m:	7:13.0	1:14.0	1900m:	23:36.0	1:17.0	3200m:	40:32.0	1:18.0	4500m:	57:48.0	1:17.0
700m:	8:28.0	1:15.0	2000m:	24:51.0	1:15.0	3300m:	41:51.0	1:19.0	4600m:	59:05.0	1:17.0
800m:	9:43.0	1:15.0	2100m:	26:10.0	1:19.0	3400m:	43:11.0	1:20.0	4700m:	1:00:20.0	1:15.0
900m:	10:57.0	1:14.0	2200m:	27:28.0	1:18.0	3500m:	44:28.0	1:17.0	4800m:	1:01:37.0	1:17.0
1000m:	12:12.0	1:15.0	2300m:	28:47.0	1:19.0	3600m:	45:45.0	1:17.0	4900m:	1:02:53.0	1:16.0
1100m:	13:26.0	1:14.0	2400m:	30:04.0	1:17.0	3700m:	47:04.0	1:19.0	5000m:	1:04:03.0	1:10.0
1200m:	14:40.0	1:14.0	2500m:	31:22.0	1:18.0	3800m:	48:23.0	1:19.0			
1300m:	15:56.0	1:16.0	2600m:	32:39.0	1:17.0	3900m:	49:44.0	1:21.0			

