

EMCC AGE STANDARD COMPETITION		PERSONAL BEST PLUS @ 20 km	PLUS/MINUS													1999	1998	1997	1996	1995
Name			2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	15 km					
Johnson	Maurice	+11:26	20 km											8:35	9:09	9:29	9:26	9:11	8:51	
Heppleston	Peter	08:59	08:59	+7:19	+7:31	+7:42	+8:12	+6:51	+5:29	+5:30	06:41	6:13	05:14	5:17	3:58	4:14	4:17	4:35	1:48	4:14
Copeland	Bruce	+8:57	08:33	+8:57	+7:59	+7:42	+8:28		+5:05			05:54	6:11	05:35	5:00					
Countryman	Brian	07:54	07:54	+5:19	+6:27	+5:07												2:07		
McKinney	Sid	07:45	07:45	+4:45	+3:26			+4:29	+5:29	+5:03	04:59	5:12	04:24	4:55	3:41	4:04	2:25		2:01	0:43
Harries	Bruce	07:36	07:36	+7:06	+7:28	+6:21	+5:47	+5:31	+3:08	+4:00		0:30	03:18	0:42						
Moses	Richard	07:33	07:33	+6:27	+4:54															
Burke	Clive	07:08	07:08	+3:12																
Henderson	Richard	06:52	06:52	+6:31	+5:47	+4:26	+3:59	+2:31	+1:02											
McAllister	Allan	06:50	06:50	+5:02			+2:38						01:31							
LaRone	Lloyd	06:47	06:47	+5:45																
McNally	Bev	06:34	06:34	+4:28	+4:56	+4:24	+4:40	+3:17	+0:31	03:12	1:28	02:35								
Schroder	Erich	+7:30	06:28	+4:58	+3:54	+7:30	+7:00	+6:27	+0:14											
Watson	Dave	06:23	06:23	+6:17	+6:01	+6:01	+5:37	+4:19	+3:55	+3:29	03:15	4:03	03:45	4:14	3:11	2:59	1:20	1:59	0:25	2:04
Maser	Peter	06:23	06:23	+4:21	+3:55															
Szymanski	Zibi	+6:16	06:07	+5:57			+6:16	+5:30	+5:49	+5:08	04:53	4:55	04:38	3:03						
Doyle	Bill	05:57	05:57	+4:49	+2:59			+1:13												
Hargreaves	Jason	05:24	05:24	+5:06																
Heacock	Ed	+7:43	05:23		+5:22	+7:43	+7:31	+5:28	+4:53	+3:56	02:45	1:21	02:27		1:50		1:59			
Embury	Dave	05:21	05:21	+5:00		+4:27	+4:16	+2:33		+0:57								0:25		
Burtnik	Bill	05:19	05:19	+3:54																
McIntosh	Allan	05:13	05:13	+3:07	+2:33									1:29	1:07	1:29				
Liden	Robert	04:45	04:45	+2:59																
Burton	Mike	04:22	04:22	+3:00	+2:19		-0:46													
Yates	Anita	04:18	04:18																	
Walden	Dan	04:09	04:09	+3:22							01:28									3:04
Yeske	Jim	04:07	04:07	+3:45	+3:45	+3:26	+3:51	+2:13	-1:12	-1:46	00:16	0:16	02:17							
Forbes	Fraser	+4:05	04:01	+4:05	+3:20	+1:59	-0:19													
Fox	Don	+5:35	03:52	+5:13			+5:35													
Sustrik	Gordon	+3:48	03:32	+3:48	+3:27	+1:33	+1:53	+0:39	+1:23											
Ross	Ian	03:08	03:08																	
Lam	Laurence	03:04	03:04	+1:37																
Von zur Gathen	Heinz	+8:39	02:46	+8:39	+7:02	+7:13	+7:42	+5:29	+6:40	+5:29	06:03	7:01	05:57	7:53	5:55	5:39	5:03	5:09	4:56	5:34
Davidson	Mitch	02:32	02:32	+1:03	-0:02	+2:09	+1:06	+0:43	+1:34											
Chang	John	02:20	02:20	-3:02	+0:20															
Braun	Bogdan	02:08	02:08	+1:38			+0:43	+0:56		+1:23	00:33	1:05	00:54							
McCalder	Allan	+3:55	02:05	+3:55	+2:58	-2:44	+2:50	+2:58	-0:37											
Tetz	Darryl	02:00	02:00	-1:55																
Christianson	Joel	00:54	00:54		-1:38															
Harnoth	Yvonne	00:05	00:05			-0:43														
Claassens	Matt	+7:16	-00:03	+5:27	+5:46	+5:51	+6:52	+4:42	+4:21	05:21	5:24	07:16	6:49	5:27	5:32	4:43	5:06	4:48	5:20	
Gobeil	Pat		-00:59	-0:14																
Lepps	Owen		-01:16																	
Berg	Len	+6:08		+6:08	+4:12	+5:10														
Burden	Nancy	+6:05		+5:30								00:43								
Wheatley	Matt	+4:45		+4:34	+4:45	+2:03					04:36	3:54	04:12	3:09	2:51	2:50				
Morrison	Gord	+4:25		+4:25					+3:09		02:07	2:50		2:27	1:50	0:59	1:44			
Dawson-Edwards	John	+3:45		+3:29	+3:45	+3:17	+3:45	+3:37	+0:38	+0:19										
Preston	Daniel	+3:28		+3:28	+3:04	+3:14	+0:26													
Wozny	Gail	+5:36		+3:12			+5:36			+2:23										
Roberts	Susan	+2:18		+2:18																
Coghlan	Kevin	+2:14		+2:14			+1:52				01:32	-0:08	00:13							
Belair	Karen	+2:46		+2:13	-0:25	+2:28			-1:10		01:00		0:53	0:40	1:19	1:10	1:16			
Mekechuk	Joy	+5:19		+1:54	+2:08		+5:01	+4:36	+3:56	+4:18	05:16	1:49	02:30	3:13	2:24	1:58	2:23	2:35	2:12	2:32
Edmunds	John	+8:40		+1:39	+8:40	+7:17	+6:08	+6:27	+6:27	07:32	3:49	07:00	7:32	5:39	5:46	4:59	5:22	4:26	6:12	
Dmitruk	Lorne	+2:56		+1:29	+2:34	+2:56	+1:35													
Mash	Greg	+0:41		+0:41																
McNally	Bob	+1:52		+0:40								0:08	01:52							
Zijlmans	Henk	+0:20		+0:20																
Lechasseur	Leon			-3:23															1:25	
Cebuliak	Dennis	+2:23		-2:48	+2:23	+1:59	+1:53	+1:57	+0:48											
Trainer	Val			-2:35																
Walt	Noah			-1:46																
Lerch	Kristy			-1:33			-0:34		-0:52											
Oran	Scott			-0:30																
Coupal	Jean-Claude			-0:15			-4:52													
Litke	Joseph			-0:03																
Bigg	Peter	+8:39			+7:51	+7:52	+7:58	+7:13	+7:45	+7:51	08:15	8:39	08:08	7:58	6:06	6:12	6:21		5:49	5:33
Kay	Heather	+5:23		+5:23																
Barr	Sean	+4:32		+4:18	+4:32								3:09							
Ermantraut	Paul	+4:03		+3:22	+3:54	+4:03	+1:28				00:35									
Panney	Barb	+4:19		+3:05	+3:32	+4:19					02:04	-0:13								
Rush	Shane	+3:15		+2:50	+3:15	+2:02	+2:43	+1:47	-0:16	00:32	2:05	00:02	1:31							

EMCC AGE STANDARD COMPETITION		PERSONAL BEST PLUS @ 20 km	PLUS/MINUS																	
Name			2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000		1999	1998	1997	1996	1995
		20 km															15 km		15 km	
Johnson	Maurice	+11:26										10:21	11:09	11:26	8:35	9:09	9:29	9:26	9:11	8:51
Irwin	George	+2:43			+2:43	+2:28	+2:16	+1:00												
Miranda	Liza	+2:33			+2:33															
Kozak	Paul	+2:20			+1:22	+0:53	+2:09	+2:20	+0:37	-0:42	00:15									
Reekie	Jocelyn	+3:01			+1:21		+3:01													
Paton	Anna	+1:12			+1:12															
Reekie	Stephan	+2:32			+1:01		+2:32													
Tiedemann	Rod	+2:58			+0:25	+2:34	+2:58	+0:10												
Quimet	Harold	+0:45			-18:17	-6:22		-0:23	+0:21	+0:15	00:45									
Langenberg	Willem	+4:10			-0:29		+1:26	+2:02	+1:32	+2:09	01:44	3:05	02:50	4:10	3:08	2:21		2:23	2:23	2:38
Reed	Kate	+6:23			+6:23															
Schneider	Karl	+6:10			+5:22	+6:10	+4:12	+4:46	+3:26	00:56		02:12								
Rackette	Geoff	+4:09			+4:09	+4:05														
Facklam	Tom	+4:00			+4:00	+3:18														
Wiley	Jim	+4:10			+3:52	+4:10	+2:43	+2:22	+1:38	01:41	2:33	01:24	2:02	1:31	1:05					
Hunka	Dan	+2:19			+2:19								0:36							
Labrentz	Mark	+3:10			+1:50	+3:10	+2:16													
Ariano	Liz	+1:32			+1:32	+0:15														
Ariano	David	+1:12			+1:12							00:22								
Dalmer	Perry	+0:38			+0:38															
Stirling	Rob	+0:54			+0:13	+0:01	-0:15	-1:06	-0:55	00:23	0:54	00:35								
Stephen	John				-4:59		-3:48													
Petersen	Ryan				-0:03							1:51	02:01	2:54						
Aarbo	Morris	+2:54																		
Almadi	Geza															2:31	2:32	3:13	2:22	2:44
Arkison	Shaun	+0:21					+0:21													
Armstrong	Bev	+1:27								01:27	-0:59									
Bacon	Jim														0:09					
Barnes	Jeff																		1:13	
Beaudette	Peter							-5:04												
Berreth	Darren	+0:02									-1:13	-0:06	00:02							
Berreth	Shauna	+2:06								02:06	-1:04	01:16								
Bertie	Gordon	+1:56					+0:50	+1:56	+1:43	+1:31	02:22	2:03	02:07	2:18						
Billheimer	Jon	+2:22																		
Blair	Len																			0:45
Bovo	Lino	+2:42						+2:42	+2:00	02:25		02:33	1:57	1:28	5:02	4:22	5:09	4:28	4:47	
Brackenbury	Jim	+3:03									3:03	01:57	2:25	1:49	1:03	1:52	1:46	2:15	3:17	
Broadbent	Dorothy	+0:00									-2:27									
Broadbent	Geoff	+4:33									4:33								1:36	
Burden	Bob	+2:28										02:28	1:44	1:51	1:42	1:52				
Carlyle	Terry							-0:10												
Carruthers	Karen					-3:10		-3:39												
Case	Don							-1:50												
Chaput	Bruce							-2:17												
Copeland	Susan	+4:56								02:54	3:08	01:20	2:43							
Coppens	Roland						-0:12													
Cousins	Sandy	+7:02						+7:02	+4:31	04:20	-0:22									
Covello	Carl							-0:47												
Cutknife	Sherman							-2:37												
D'Illo	Linda	+4:03				+4:03	+2:22		+3:06	02:04	-1:12									
de Jong	Tony																			2:55
Delich	Gino																			0:50
Deschenes	Tim	+3:14					+1:41		+1:48	03:14	3:09	02:43		2:02	2:03	2:47	2:46	1:33	2:27	
Dibbs	Graeme	+5:21							+5:01	03:32	2:38	05:21	3:03	4:01	3:06	1:41	1:38			
Dibbs	Marcy	+5:01				+1:45			+3:38	03:34	2:50	01:25	1:39	1:15	0:06	1:21	0:46			
Dykstra	Ed	+2:58											2:58	2:13	2:41	2:38	3:14	3:12	2:28	
Ellis	Dave	+1:38										00:52	1:38	1:14	0:42	0:51				
Englert	Dave																			0:37
Evans	Barry	+4:39							+3:01	02:19	1:51	04:39		3:29	2:44	3:25	3:45	3:01	3:51	
Faulkner	Michael	+3:31								+3:31	03:09									
Fenske	Werner	+9:20							+5:31		8:08	08:25	9:20	7:00	6:29	6:02	6:00	5:30	5:19	
Fortin	Ed	+2:53						+2:53	+2:40											
Frahm	Shane	+4:15				+3:58	+4:15	+2:40	+0:17											
Gilchrist	Robert																			
Groeschel	Petra	+3:57						+3:12				00:31	1:57	1:28	1:01	0:57		0:07		
Guthrie	Cheryl	+0:51								-0:22	-1:13									
Haggard	Neil							-0:26												
Halvorsen	Helge	+6:53					+5:39	-1:14	+5:19	06:15	2:51	06:53		5:10	1:45	4:14				
Hardman	Ian																			
Heppleston	Peter/Lesley																	3:47	4:35	
Herron	Jim	+1:48											01:48	01:20	1:03					
Hervieux	Guy	+0:50									00:50									
Holmes	Chris	+2:18										02:18	1:38	1:44	1:28	2:05	1:43			

EMCC AGE STANDARD COMPETITION		PERSONAL BEST PLUS @ 20 km	PLUS/MINUS														1999		1998		1997		1996		1995	
Name			2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000		15 km	1999	1998	1997	1996	1995					
		20 km														15 km										
Johnson	Maurice	+11:26													10:21	11:09	11:26	8:35	9:09	9:29	9:26	9:11	8:51			
Horon	Craig	+2:15																					1:41			
Hunt	Ron										-1:51	1:25	01:51	2:15												
Inglis	Stewart	+1:27						+0:04	+1:27																	
Insole	Nick	+1:15						+0:32	-0:08		+1:15	01:04														
Irwin	Doug																									
Jobson	Don	+5:29																								
Johnston	Brian																									
Kaefer	Martin																									
Kaplan	Marie	+5:03																								
Keogh	Kathie																									
LeBianc	Marcel																						0:28			
Lee	Thomas																									
LeMaitre	Casey	+4:47																								
Long	Wayne	+6:15																								
Lucardie	Andy	+0:35																								
Lyon	James	+0:29																								
MacDonald	Paul																									
Maltais	Guy																									
McCabe	Don	+2:19																								
McKee	Tom	+2:10																								
McKinney	Maurice	+2:54																								
Mead	Kathy	+1:05																								
Menard	Gregg	+5:44																								
Molenaar	Tom	+2:48																								
Morrison	Cliff	+2:18																								
Mumby	Tom	+2:21																								
Neal	Stuart	+0:20																								
Noonan	Dave																									
Nordgren	Jim																									
Parliament	Matt	+1:03																								
Pavlenko	Alex																									
Peddie	Don																									
Ramsdell	Lee																									
Rolleston	Ken																									
Russell	Bruce																									
Schacker	Darin	+1:46																								
Scheie	Kim																									
Schiller	Arny	+2:23																								
Shaw	Roger																									
Singbeil	Scott	+1:19																								
Soltis	Dave																									
Spain	Lynn	+1:02																								
Stout	Richard																									
Taylor	Bob	+4:06																								
Taylor	Lynne	+3:06																								
Telzerow	Inge																									
Tetraut	Roger	+1:30																								
Todosijczuk	Ivan	+2:06																								
Valentine	John	+0:55																								
van Bakel	Bob																									
Vermette	Phil																									
Warner	Gordin																									
Williamson	Sandy	+1:56																								
Wood	Mark	+1:10																								
Yarkie	Greg																									
Yuen	John																									
Zombor	Joe	+4:38																								

NOTES

2001 = RTTC Target Times converted to VTTA Age Standard plusses. (See hidden columns D to H)

2000/2001/2002 Womens 20 km Age Standard times - 7-year differential with Men (as per VTTA).

2003 and later Womens 20 km Age Standard Times - 15-year differential with Men.

Plus to Beat based on Personal Best actual time set in 2000/2001/2002, adjusted to 15-year differential with Men.

Age Standard Medal Winner