

Lancaster - Barrow - Carlisle, and Lancaster - Windermere
 Sunday 21 July

Manchester Airport	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Piccadilly	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Oxford Road	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Preston	d	-	-	-	-	0948	-	1039	-	-	-
Lancaster	a	-	-	-	-	1005	-	1056	-	-	-
	d	-	-	-	-	1006	1011	1059	-	-	-
Oxenholme Lake District		-	-	-	-	1030	-	-	-	-	1116
Kendal		-	-	-	-	1034	-	-	-	-	1120
Burneside		-	-	-	-	1038	-	-	-	-	1124
Staveley		-	-	-	-	1043	-	-	-	-	1129
Windermere	a	-	-	-	-	1049	-	-	-	-	1135
Carnforth		-	-	-	-	0855	-	1021	1109	-	-
Silverdale		-	-	-	-	0900	-	1027	1114	-	-
Arnsdale		-	-	-	-	0905	-	1031	1118	-	-
Grange-over-Sands		-	-	-	-	0911	-	1037	1123	-	-
Kents Bank		-	-	-	-	0914	-	1041	1127	-	-
Cark		-	-	-	-	0918	-	1045	1131	-	-
Ulverston		-	-	-	-	0927	-	1053	1138	-	-
Dalton		-	-	-	-	0935	-	1101	1147	-	-
Roose		-	-	-	-	0941	-	1107	1153	-	-
Barrow-in-Furness	a	-	-	-	-	0948	-	1115	1159	-	-
Barrow-in-Furness	d	-	-	0905	-	0950	-	1116	-	1217	-
Askam		-	-	0915	-	1000	-	1126	-	1227	-
Kirkby-in-Furness		-	-	0919	-	1004	-	1131	-	1231	-
Foxfield		-	-	0924	-	1009	-	1135	-	1236	-
Green Road		-	-	0928	-	1013	-	1139	-	1240	-
Millom	a	-	-	0933	-	1017	-	1144	-	1244	-
Millom	d	-	-	-	-	1017	-	1144	-	1245	-
Silecroft		-	-	-	-	1022	-	1149	-	1250	-
Bootle (Cumbria)		-	-	-	-	1029	-	1156	-	1257	-
Ravenglass		-	-	-	-	1035	-	1202	-	1303	-
Drigg		-	-	-	-	1039	-	1205	-	1307	-
Seascale		-	-	-	-	1043	-	1209	-	1311	-
Sellafield	a	-	-	-	-	1046	-	1213	-	1314	-
	d	-	-	-	-	1046	-	1213	-	1315	-
Braystones		-	-	-	-	10x50	-	-	-	-	-
Nethertown		-	-	-	-	10x52	-	-	-	-	-
St. Bees		-	-	-	-	1101	-	1225	-	1328	-
Corkickle		-	-	-	-	1106	-	1230	-	1333	-
Whitehaven	a	-	-	-	-	1110	-	1233	-	1337	-
Whitehaven	d	-	-	-	1016	1111	-	1234	-	1338	-
Parton		-	-	-	1020	1115	-	1238	-	1342	-
Harrington		-	-	-	1029	1124	-	1247	-	1351	-
Workington		0855	0940	-	1034	1130	-	1253	-	1359	-
Flimby		0900	0945	-	1039	1135	-	1258	-	1404	-
Maryport		0904	0949	-	1043	1139	-	1302	-	1408	-
Aspatria		0914	0959	-	1054	1149	-	1312	-	1419	-
Wigton		0925	1010	-	1104	1159	-	1322	-	1430	-
Dalston		0934	1019	-	1113	1208	-	1331	-	1439	-
Carlisle	a	0945	1030	-	1124	1219	-	1342	-	1450	-

Manchester Airport	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Piccadilly	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Oxford Road	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Preston	d	1147	-	-	-	1246	-	-	1345	-	-
Lancaster	a	1204	-	-	-	1303	-	-	1402	-	-
	d	1204	-	-	-	1304	1314	-	1402	-	-
Oxenholme Lake District		-	-	1202	1245	1333	-	-	-	-	1422
Kendal		-	-	1206	1249	1337	-	-	-	-	1426
Burneside		-	-	-	1253	1341	-	-	-	-	1430
Staveley		-	-	-	1258	1346	-	-	-	-	1435
Windermere	a	-	-	1219	1304	1353	-	-	-	-	1441
Carnforth		1215	-	-	-	-	1324	-	1412	-	-
Silverdale		1220	-	-	-	-	1330	-	1417	-	-
Arnside		1224	-	-	-	-	1334	-	1421	-	-
Grange-over-Sands		1230	-	-	-	-	1340	-	1426	-	-
Kents Bank		1233	-	-	-	-	1344	-	1430	-	-
Cark		1237	-	-	-	-	1348	-	1434	-	-
Ulverston		1245	-	-	-	-	1356	-	1441	-	-
Dalton		1253	-	-	-	-	1404	-	1449	-	-
Roose		1259	-	-	-	-	1410	-	1456	-	-
Barrow-in-Furness	a	1305	-	-	-	-	1418	-	1502	-	-
Barrow-in-Furness	d	-	1310	-	-	-	1419	1454	-	1556	-
Askam		-	1320	-	-	-	1429	1504	-	1606	-
Kirkby-in-Furness		-	1324	-	-	-	-	1508	-	1611	-
Foxfield		-	1329	-	-	-	-	1513	-	1615	-
Green Road		-	1333	-	-	-	-	1517	-	1619	-
Millom	a	-	1337	-	-	-	1443	1521	-	1624	-
Millom	d	-	1338	-	-	-	1444	1522	-	1624	-
Silecroft		-	1343	-	-	-	-	1527	-	1629	-
Bootle (Cumbria)		-	1350	-	-	-	-	1534	-	1636	-
Ravenglass		-	1356	-	-	-	1459	1540	-	1643	-
Drigg		-	1359	-	-	-	-	1543	-	1646	-
Seascale		-	1403	-	-	-	-	1547	-	1650	-
Sellafield	a	-	1407	-	-	-	1506	1551	-	1654	-
	d	-	1407	-	-	-	1507	1551	-	1654	-
Braystones		-	-	-	-	-	-	-	-	16x58	-
Nethertown		-	-	-	-	-	-	-	-	17x00	-
St. Bees		-	1417	-	-	-	1520	1601	-	1705	-
Corkickle		-	1422	-	-	-	1525	1607	-	1711	-
Whitehaven	a	-	1425	-	-	-	1528	1609	-	1714	-
Whitehaven	d	-	1426	-	-	-	1529	1611	-	1716	-
Parton		-	1430	-	-	-	1533	1615	-	1720	-
Harrington		-	1439	-	-	-	1542	1624	-	1729	-
Workington		-	1445	-	-	-	1548	1629	-	1735	-
Flimby		-	1450	-	-	-	1553	1634	-	1740	-
Maryport		-	1453	-	-	-	1557	1638	-	1744	-
Aspatria		-	1504	-	-	-	1607	1649	-	1754	-
Wigton		-	1514	-	-	-	1617	1659	-	1804	-
Dalston		-	1523	-	-	-	1626	1708	-	1813	-
Carlisle	a	-	1534	-	-	-	1637	1719	-	1824	-

Manchester Airport	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Piccadilly	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Oxford Road	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Preston	d	1446	-	-	1558	1648	-	-	-	1746
Lancaster	a	1503	-	-	1615	1705	-	-	-	1803
	d	1504	-	1603	1616	1706	-	-	-	1804
Oxenholme Lake District		-	1529	-	1632	-	-	-	1730	-
Kendal		-	1533	-	1636	-	-	-	1734	-
Burneside		-	1537	-	1640	-	-	-	1738	-
Staveley		-	1542	-	1645	-	-	-	1743	-
Windermere	a	-	1548	-	1652	-	-	-	1749	-
Carnforth		1513	-	1613	-	1715	-	-	-	1814
Silverdale		1518	-	1619	-	1721	-	-	-	1819
Arnside		1523	-	1623	-	1725	-	-	-	1823
Grange-over-Sands		1528	-	1629	-	1730	-	-	-	1828
Kents Bank		1532	-	1633	-	1734	-	-	-	1832
Cark		1536	-	1637	-	1738	-	-	-	1836
Ulverston		1543	-	1645	-	1745	-	-	-	1843
Dalton		1552	-	1653	-	1753	-	-	-	1851
Roose		1558	-	1659	-	1759	-	-	-	1857
Barrow-in-Furness	a	1604	-	1707	-	1806	-	-	-	1904
Barrow-in-Furness	d	-	-	1717	-	-	1825	-	-	1909
Askam		-	-	1727	-	-	1835	-	-	1919
Kirkby-in-Furness		-	-	1732	-	-	1839	-	-	1923
Foxfield		-	-	1736	-	-	1844	-	-	1928
Green Road		-	-	1740	-	-	1848	-	-	1932
Millom	a	-	-	1745	-	-	1853	-	-	1937
Millom	d	-	-	1745	-	-	-	-	-	-
Silecroft		-	-	1750	-	-	-	-	-	-
Bootle (Cumbria)		-	-	1757	-	-	-	-	-	-
Ravenglass		-	-	1804	-	-	-	-	-	-
Drigg		-	-	1807	-	-	-	-	-	-
Seascale		-	-	1811	-	-	-	-	-	-
Sellafield	a	-	-	1815	-	-	-	-	-	-
	d	-	-	1815	-	-	-	-	-	-
Braystones		-	-	18x19	-	-	-	-	-	-
Nethertown		-	-	18x21	-	-	-	-	-	-
St. Bees		-	-	1830	-	-	-	-	-	-
Corkickle		-	-	1835	-	-	-	-	-	-
Whitehaven	a	-	-	1839	-	-	-	-	-	-
Whitehaven	d	-	-	1840	-	-	1938	-	-	-
Parton		-	-	1844	-	-	1942	-	-	-
Harrington		-	-	1853	-	-	1951	-	-	-
Workington		-	-	1859	-	-	1956	-	-	-
Flimby		-	-	1904	-	-	2001	-	-	-
Maryport		-	-	1908	-	-	2005	-	-	-
Aspatria		-	-	1918	-	-	2016	-	-	-
Wigton		-	-	1928	-	-	2026	-	-	-
Dalston		-	-	1937	-	-	2035	-	-	-
Carlisle	a	-	-	1948	-	-	2046	-	-	-

Manchester Airport	d	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Piccadilly	d	-	-	-	-	-	-	-
Manchester Oxford Road	d	-	-	-	-	-	-	-
Preston	d	-	-	1834	-	-	2046	-
Lancaster	a	-	-	1851	-	-	2104	-
	d	-	-	1852	1902	-	2104	2220
Oxenholme Lake District		-	1833	1928	-	2022	-	2121
Kendal		-	1837	1933	-	2026	-	2125
Burneside		-	1841	1936	-	2030	-	2129
Staveley		-	1846	1941	-	2035	-	2134
Windermere	a	-	1852	1948	-	2041	-	2140
Carnforth		-	-	-	1914	-	2114	-
Silverdale		-	-	-	1920	-	2119	-
Arnside		-	-	-	1925	-	2123	-
Grange-over-Sands		-	-	-	1931	-	2128	-
Kents Bank		-	-	-	1934	-	2132	-
Cark		-	-	-	1938	-	2136	-
Ulverston		-	-	-	1947	-	2143	-
Dalton		-	-	-	1955	-	2151	-
Roose		-	-	-	2001	-	2157	-
Barrow-in-Furness	a	-	-	-	2008	-	2204	-
Barrow-in-Furness	d	-	-	-	-	-	-	-
Askam		-	-	-	-	-	-	-
Kirkby-in-Furness		-	-	-	-	-	-	-
Foxfield		-	-	-	-	-	-	-
Green Road		-	-	-	-	-	-	-
Millom	a	-	-	-	-	-	-	-
Millom	d	-	-	-	-	-	-	-
Silecroft		-	-	-	-	-	-	-
Bootle (Cumbria)		-	-	-	-	-	-	-
Ravenglass		-	-	-	-	-	-	-
Drigg		-	-	-	-	-	-	-
Seascale		-	-	-	-	-	-	-
Sellafield	a	-	-	-	-	-	-	-
	d	-	-	-	-	-	-	-
Braystones		-	-	-	-	-	-	-
Nethertown		-	-	-	-	-	-	-
St. Bees		-	-	-	-	-	-	-
Corkickle		-	-	-	-	-	-	-
Whitehaven	a	-	-	-	-	-	-	-
Whitehaven	d	2030	-	-	-	-	-	-
Parton		2034	-	-	-	-	-	-
Harrington		2043	-	-	-	-	-	-
Workington		2049	-	-	-	-	-	-
Flimby		2054	-	-	-	-	-	-
Maryport		2058	-	-	-	-	-	-
Aspatria		2108	-	-	-	-	-	-
Wigton		2118	-	-	-	-	-	-
Dalston		2127	-	-	-	-	-	-
Carlisle	a	2138	-	-	-	-	-	-