

**Carlisle - Barrow - Lancaster, and Windermere - Lancaster**  
Mondays to Saturdays from 18 January

						SO	SX			
Carlisle	d	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Dalston		-	-	-	-	-	-	-	-	-
Wigton		-	-	-	-	-	-	-	-	-
Aspatria		-	-	-	-	-	-	-	-	-
Maryport		-	-	-	-	0548	0548	-	-	0650
Flimby		-	-	-	-	05x51	05x51	-	-	06x53
Workington		-	-	-	-	0558	0558	-	-	0710
Harrington		-	-	-	-	0602	0602	-	-	0714
Parton		-	-	-	-	06x11	06x13	-	-	07x24
Whitehaven	a	-	-	-	-	0616	0620	-	-	0729
Whitehaven	d	-	-	-	-	0618	0622	-	-	0730
Corkickle		-	-	-	-	0620	0624	-	-	0733
St. Bees		-	-	-	-	0626	0630	-	-	0739
Nethertown		-	-	-	-	06x30	06x34	-	-	-
Braystones		-	-	-	-	06x33	06x37	-	-	-
Sellafield	a	-	-	-	-	0638	0642	-	-	0749
	d	-	-	-	-	0639	0643	-	-	0750
Seascale		-	-	-	-	0643	0646	-	-	0754
Drigg		-	-	-	-	06x46	06x49	-	-	07x57
Ravenglass		-	-	-	-	0650	0653	-	-	0801
Bootle (Cumbria)		-	-	-	-	06x55	06x58	-	-	08x07
Silecroft		-	-	-	-	07x02	07x05	-	-	08x13
Millom	a	-	-	-	-	0708	0711	-	-	0820
Millom	d	-	-	-	0610	0709	0712	-	-	0820
Green Road		-	-	-	06x14	07x13	07x16	-	-	08x24
Foxfield		-	-	-	0618	0717	0720	-	-	0828
Kirkby-in-Furness		-	-	-	06x22	07x21	07x24	-	-	08x32
Askam		-	-	-	0627	0726	0729	-	-	0838
Barrow-in-Furness	a	-	-	-	0641	0741	0744	-	-	0852
Barrow-in-Furness	d	-	-	0549	-	0649	-	-	0747	-
Roose		-	-	0553	-	0653	-	-	0751	-
Dalton		-	-	0559	-	0700	-	-	0757	-
Ulverston		-	-	0608	-	0708	-	-	0806	-
Cark		-	-	0615	-	0715	-	-	0813	-
Kents Bank		-	-	0619	-	0719	-	-	0817	-
Grange-over-Sands		-	-	0623	-	0723	-	-	0821	-
Arnside		-	-	0628	-	0729	-	-	0826	-
Silverdale		-	-	0632	-	0733	-	-	0831	-
Carnforth		-	-	0640	-	0740	-	-	0838	-
Windermere	d	0642	0756	-	-	-	-	-	0914	-
Staveley		0647	0801	-	-	-	-	-	0919	-
Burneside		0652	0806	-	-	-	-	-	0924	-
Kendal		0656	0810	-	-	-	-	-	0928	-
Oxenholme Lake District		0701	0815	-	-	-	-	-	0935	-
Lancaster	a	-	-	0648	-	0747	-	-	0845	0949
	d	-	-	0651	-	0748	-	-	0847	0950
Preston	a	-	-	0709	-	0806	-	-	0907	1008
Manchester Oxford Road	a	-	-	0756	-	0855	-	-	0953	1053
Manchester Piccadilly	a	-	-	0800	-	0859	-	-	0957	1057
Manchester Airport	a	-	-	0819	-	0917	-	-	1017	1117

			SX	SO							
Carlisle	d	-	-	0710	0808	0808	0902	-	-	1013	1107
Dalston		-	-	0719	0816	0816	0910	-	-	1022	1115
Wigton		-	-	0731	0826	0826	0920	-	-	1031	1125
Aspatria		-	-	0742	0836	0836	0930	-	-	1042	1135
Maryport		-	-	0755	0848	0848	0941	-	-	1053	1146
Flimby		-	-	07x58	08x51	08x51	09x44	-	-	10x56	11x49
Workington		-	-	0806	0858	0858	0952	-	-	1103	1157
Harrington		-	-	0810	0902	0902	0956	-	-	1107	1201
Parton		-	-	08x18	09x11	09x11	10x05	-	-	11x16	12x09
Whitehaven	a	-	-	0824	0916	0916	1010	-	-	1121	1215
Whitehaven	d	-	-	0825	0918	0918	1012	-	-	1123	1216
Corkickle		-	-	0828	0920	0920	1014	-	-	1125	1219
St. Bees		-	-	0834	0928	0928	1020	-	-	1135	1228
Nethertown		-	-	-	-	-	-	-	-	11x39	-
Braystones		-	-	-	-	-	-	-	-	11x42	-
Sellafield	a	-	-	0844	0938	0938	1030	-	-	1147	1238
	d	-	-	0844	0939	0939	1031	-	-	1147	1238
Seascale		-	-	0848	0942	0942	1035	-	-	1151	1242
Drigg		-	-	08x51	09x45	09x45	10x38	-	-	11x54	12x45
Ravenglass		-	-	0854	0949	0949	1042	-	-	1157	1248
Bootle (Cumbria)		-	-	09x00	09x54	09x54	10x47	-	-	12x03	12x54
Silecroft		-	-	09x06	10x01	10x01	10x54	-	-	12x09	13x00
Millom	a	-	-	0913	1007	1007	1100	-	-	1216	1307
Millom	d	-	-	0914	1008	1008	1101	-	-	1216	1307
Green Road		-	-	09x18	10x12	10x12	11x05	-	-	12x20	13x11
Foxfield		-	-	0922	1016	1016	1109	-	-	1224	1315
Kirkby-in-Furness		-	-	09x26	10x20	10x20	11x13	-	-	12x28	13x19
Askam		-	-	0931	1025	1025	1118	-	-	1233	1324
Barrow-in-Furness	a	-	-	0947	1040	1040	1135	-	-	1248	1339
Barrow-in-Furness	d	0935	-	-	1058	1058	-	1153	-	-	-
Roose		0939	-	-	1102	1102	-	1157	-	-	-
Dalton		0945	-	-	1109	1109	-	1203	-	-	-
Ulverston		0953	-	-	1117	1117	-	1212	-	-	-
Cark		1000	-	-	1125	1125	-	1219	-	-	-
Kents Bank		1004	-	-	1129	1129	-	1223	-	-	-
Grange-over-Sands		1008	-	-	1133	1133	-	1227	-	-	-
Arnsdale		1013	-	-	1139	1139	-	1232	-	-	-
Silverdale		1017	-	-	1144	1144	-	1236	-	-	-
Carnforth		1025	-	-	1152	1156	-	1244	-	-	-
Windermere	d	-	1110	-	-	-	-	-	1307	-	-
Staveley		-	1115	-	-	-	-	-	1312	-	-
Burneside		-	1120	-	-	-	-	-	1317	-	-
Kendal		-	1124	-	-	-	-	-	1321	-	-
Oxenholme Lake District		-	1131	-	-	-	-	-	1329	-	-
Lancaster	a	1032	1145	-	1201	1205	-	1251	1344	-	-
	d	1032	1149	-	-	-	-	1251	1348	-	-
Preston	a	1052	1207	-	-	-	-	1310	1406	-	-
Manchester Oxford Road	a	1153	1253	-	-	-	-	1353	1453	-	-
Manchester Piccadilly	a	1157	1257	-	-	-	-	1357	1457	-	-
Manchester Airport	a	1217	1317	-	-	-	-	1417	1517	-	-

Carlisle	d	-	-	1210	-	-	1307	-	-	-	-
Dalston		-	-	1218	-	-	1315	-	-	-	-
Wigton		-	-	1227	-	-	1325	-	-	-	-
Aspatria		-	-	1238	-	-	1335	-	-	-	-
Maryport		-	-	1249	-	-	1346	-	-	-	-
Flimby		-	-	12x52	-	-	13x49	-	-	-	-
Workington		-	-	1259	-	-	1357	-	-	-	-
Harrington		-	-	1303	-	-	1401	-	-	-	-
Parton		-	-	13x12	-	-	14x09	-	-	-	-
Whitehaven	a	-	-	1317	-	-	1415	-	-	-	-
Whitehaven	d	-	-	1319	-	-	1416	-	-	-	-
Corkickle		-	-	1321	-	-	1419	-	-	-	-
St. Bees		-	-	1329	-	-	1430	-	-	-	-
Nethertown		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Braystones		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sellafield	a	-	-	1339	-	-	1440	-	-	-	-
	d	-	-	1340	-	-	1441	-	-	-	-
Seascale		-	-	1343	-	-	1444	-	-	-	-
Drigg		-	-	13x46	-	-	14x47	-	-	-	-
Ravenglass		-	-	1350	-	-	1451	-	-	-	-
Bootle (Cumbria)		-	-	13x56	-	-	14x56	-	-	-	-
Silecroft		-	-	14x02	-	-	15x03	-	-	-	-
Millom	a	-	-	1409	-	-	1509	-	-	-	-
Millom	d	-	-	1409	-	-	1511	-	-	-	-
Green Road		-	-	14x13	-	-	15x15	-	-	-	-
Foxfield		-	-	1417	-	-	1519	-	-	-	-
Kirkby-in-Furness		-	-	14x21	-	-	15x23	-	-	-	-
Askam		-	-	1426	-	-	1528	-	-	-	-
Barrow-in-Furness	a	-	-	1441	-	-	1548	-	-	-	-
Barrow-in-Furness	d	1352	-	-	1545	-	-	1739	-	-	-
Roose		1356	-	-	1549	-	-	1743	-	-	-
Dalton		1402	-	-	1555	-	-	1750	-	-	-
Ulverston		1410	-	-	1603	-	-	1758	-	-	-
Cark		1417	-	-	1610	-	-	1805	-	-	-
Kents Bank		1421	-	-	1614	-	-	1809	-	-	-
Grange-over-Sands		1425	-	-	1618	-	-	1813	-	-	-
Arnsdale		1431	-	-	1624	-	-	1819	-	-	-
Silverdale		1435	-	-	1628	-	-	1823	-	-	-
Carnforth		1442	-	-	1635	-	-	1830	-	-	-
Windermere	d	-	1512	-	-	1710	-	-	1856	1948	2044
Staveley		-	1517	-	-	1715	-	-	1901	1953	2049
Burneside		-	1522	-	-	1720	-	-	1906	1958	2054
Kendal		-	1526	-	-	1724	-	-	1910	2002	2058
Oxenholme Lake District		-	1533	-	-	1731	-	-	1917	2007	2103
Lancaster	a	1449	1547	-	1643	1745	-	1837	1933	-	-
	d	1450	1548	-	1644	1747	-	-	1934	-	-
Preston	a	1508	1606	-	1703	1806	-	-	1953	-	-
Manchester Oxford Road	a	1553	1653	-	1751	1850	-	-	2054	-	-
Manchester Piccadilly	a	1558	1658	-	1755	1854	-	-	2058	-	-
Manchester Airport	a	1616	1717	-	1817	1914	-	-	2120	-	-

				SX	SO	SO	SX	SX			
Carlisle	d	1512	1707	-	-	-	-	-	1754	1909	-
Dalston		1520	1715	-	-	-	-	-	1802	1917	-
Wigton		1530	1725	-	-	-	-	-	1812	1927	-
Aspatria		1540	1735	-	-	-	-	-	1822	1937	-
Maryport		1551	1746	-	-	-	-	-	1833	1948	-
Flimby		15x54	17x49	-	-	-	-	-	18x36	19x51	-
Workington		1602	1757	-	-	-	-	-	1844	1959	-
Harrington		1606	1801	-	-	-	-	-	1848	2003	-
Parton		16x14	18x09	-	-	-	-	-	18x56	20x11	-
Whitehaven	a	1620	1816	-	-	-	-	-	1902	2016	-
Whitehaven	d	1621	1818	-	-	-	-	-	1903	2018	-
Corkickle		1624	1820	-	-	-	-	-	1906	2020	-
St. Bees		1630	1827	-	-	-	-	-	1914	2028	-
Nethertown		-	18x31	-	-	-	-	-	-	20x32	-
Braystones		-	18x34	-	-	-	-	-	-	20x34	-
Sellafield	a	1640	1839	-	-	-	-	-	1924	2040	-
	d	1641	1840	-	-	-	-	-	1927	2040	-
Seascale		1644	1843	-	-	-	-	-	1932	2044	-
Drigg		16x48	-	-	-	-	-	-	19x35	20x47	-
Ravenglass		1651	1849	-	-	-	-	-	1939	2050	-
Bootle (Cumbria)		16x57	-	-	-	-	-	-	19x45	20x56	-
Silecroft		17x04	-	-	-	-	-	-	19x51	21x02	-
Millom	a	1711	1905	-	-	-	-	-	1958	2109	-
Millom	d	1712	1905	-	-	-	-	-	2001	2109	2200
Green Road		17x16	19x09	-	-	-	-	-	20x05	21x13	22x04
Foxfield		1720	1913	-	-	-	-	-	2009	2117	2208
Kirkby-in-Furness		17x25	19x17	-	-	-	-	-	20x13	21x21	22x12
Askam		1730	1922	-	-	-	-	-	2019	2126	2217
Barrow-in-Furness	a	1745	1937	-	-	-	-	-	2036	2142	2231
Barrow-in-Furness	d	-	-	1945	1945	-	-	-	-	-	-
Roose		-	-	1949	1949	-	-	-	-	-	-
Dalton		-	-	1955	1955	-	-	-	-	-	-
Ulverston		-	-	2004	2004	-	-	-	-	-	-
Cark		-	-	2011	2011	-	-	-	-	-	-
Kents Bank		-	-	2015	2015	-	-	-	-	-	-
Grange-over-Sands		-	-	2019	2019	-	-	-	-	-	-
Arnsdale		-	-	2024	2024	-	-	-	-	-	-
Silverdale		-	-	2028	2028	-	-	-	-	-	-
Carnforth		-	-	2036	2039	-	-	-	-	-	-
Windermere	d	-	-	-	-	2042	2140	2247	-	-	-
Staveley		-	-	-	-	2047	2145	2252	-	-	-
Burneside		-	-	-	-	2052	2150	2257	-	-	-
Kendal		-	-	-	-	2056	2154	2301	-	-	-
Oxenholme Lake District		-	-	-	-	2103	2159	2308	-	-	-
Lancaster	a	-	-	2043	2046	2121	-	2323	-	-	-
	d	-	-	2044	2047	-	-	2324	-	-	-
Preston	a	-	-	2102	2105	-	-	2343	-	-	-
Manchester Oxford Road	a	-	-	2142	2142	-	-	-	-	-	-
Manchester Piccadilly	a	-	-	2146	2146	-	-	-	-	-	-
Manchester Airport	a	-	-	2203	2203	-	-	-	-	-	-

<b>Carlisle</b>	<b>d</b>	2000	2055	2215
<b>Dalston</b>		2008	2103	2223
<b>Wigton</b>		2018	2113	2233
<b>Aspatria</b>		2028	2123	2243
<b>Maryport</b>		2039	2134	2255
<b>Flimby</b>		20x42	21x37	22x58
<b>Workington</b>		2050	2145	2304
<b>Harrington</b>		2054	2149	-
<b>Parton</b>		21x02	21x57	-
<b>Whitehaven</b>	<b>a</b>	2109	2204	-
<b>Whitehaven</b>	<b>d</b>	-	-	-
<b>Corkickle</b>		-	-	-
<b>St. Bees</b>		-	-	-
<b>Nethertown</b>		-	-	-
<b>Braystones</b>		-	-	-
<b>Sellafield</b>	<b>a</b>	-	-	-
	<b>d</b>	-	-	-
<b>Seascale</b>		-	-	-
<b>Drigg</b>		-	-	-
<b>Ravenglass</b>		-	-	-
<b>Bootle (Cumbria)</b>		-	-	-
<b>Silecroft</b>		-	-	-
<b>Millom</b>	<b>a</b>	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>d</b>	-	-	-
<b>Green Road</b>		-	-	-
<b>Foxfield</b>		-	-	-
<b>Kirkby-in-Furness</b>		-	-	-
<b>Askam</b>		-	-	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>a</b>	-	-	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>d</b>	-	-	-
<b>Roose</b>		-	-	-
<b>Dalton</b>		-	-	-
<b>Ulverston</b>		-	-	-
<b>Cark</b>		-	-	-
<b>Kents Bank</b>		-	-	-
<b>Grange-over-Sands</b>		-	-	-
<b>Arnside</b>		-	-	-
<b>Silverdale</b>		-	-	-
<b>Carnforth</b>		-	-	-
<b>Windermere</b>	<b>d</b>	-	-	-
<b>Staveley</b>		-	-	-
<b>Burneside</b>		-	-	-
<b>Kendal</b>		-	-	-
<b>Oxenholme Lake District</b>		-	-	-
<b>Lancaster</b>	<b>a</b>	-	-	-
	<b>d</b>	-	-	-
<b>Preston</b>	<b>a</b>	-	-	-
<b>Manchester Oxford Road</b>	<b>a</b>	-	-	-
<b>Manchester Piccadilly</b>	<b>a</b>	-	-	-
<b>Manchester Airport</b>	<b>a</b>	-	-	-

SO Saturdays only.

SX Mondays to Fridays.

**Lancaster - Barrow - Carlisle, and Lancaster - Windermere**  
Mondays to Saturdays from 18 January

<b>Manchester Airport</b>	<b>d</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Manchester Piccadilly</b>	<b>a</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Manchester Oxford Road</b>	<b>a</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Preston</b>	<b>d</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	0644	-
<b>Lancaster</b>	<b>a</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	0701	-
	<b>d</b>	-	-	-	0600	-	-	-	-	0701	-
<b>Oxenholme Lake District</b>		-	-	-	0616	-	0729	-	0827	-	-
<b>Kendal</b>		-	-	-	0620	-	0733	-	0831	-	-
<b>Burneside</b>		-	-	-	0624	-	0737	-	0835	-	-
<b>Staveley</b>		-	-	-	0629	-	0742	-	0840	-	-
<b>Windermere</b>	<b>a</b>	-	-	-	0635	-	0748	-	0846	-	-
<b>Carnforth</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0710	-
<b>Silverdale</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0715	-
<b>Arnside</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0719	-
<b>Grange-over-Sands</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0725	-
<b>Kents Bank</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0728	-
<b>Cark</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0732	-
<b>Ulverston</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0740	-
<b>Dalton</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0748	-
<b>Roose</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	0754	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>a</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	0801	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>d</b>	-	-	0558	-	0651	-	0750	-	-	0927
<b>Askam</b>		-	-	0608	-	0701	-	0800	-	-	0937
<b>Kirkby-in-Furness</b>		-	-	06x12	-	07x05	-	08x04	-	-	09x41
<b>Foxfield</b>		-	-	0616	-	0709	-	0808	-	-	0945
<b>Green Road</b>		-	-	06x20	-	07x13	-	08x11	-	-	09x48
<b>Millom</b>	<b>a</b>	-	-	0626	-	0719	-	0817	-	-	0954
<b>Millom</b>	<b>d</b>	-	-	0627	-	0719	-	0818	-	-	0955
<b>Silecroft</b>		-	-	06x32	-	07x24	-	08x23	-	-	09x59
<b>Bootle (Cumbria)</b>		-	-	06x39	-	07x31	-	08x29	-	-	10x06
<b>Ravenglass</b>		-	-	0645	-	0737	-	0835	-	-	1012
<b>Drigg</b>		-	-	06x49	-	07x41	-	08x38	-	-	10x15
<b>Seascale</b>		-	-	0653	-	0745	-	0842	-	-	1019
<b>Sellafield</b>	<b>a</b>	-	-	0659	-	0750	-	0847	-	-	1025
	<b>d</b>	-	-	0700	-	0753	-	0849	-	-	1032
<b>Braystones</b>		-	-	-	-	07x57	-	-	-	-	-
<b>Nethertown</b>		-	-	-	-	07x59	-	-	-	-	-
<b>St. Bees</b>		-	-	0713	-	0805	-	0900	-	-	1042
<b>Corkickle</b>		-	-	0719	-	0811	-	0905	-	-	1047
<b>Whitehaven</b>	<b>a</b>	-	-	0722	-	0814	-	0908	-	-	1050
<b>Whitehaven</b>	<b>d</b>	-	0630	0723	-	0816	-	0909	-	-	1051
<b>Parton</b>		-	06x33	07x27	-	08x20	-	09x13	-	-	10x55
<b>Harrington</b>		-	0642	0736	-	0828	-	0921	-	-	1103
<b>Workington</b>		0552	0648	0742	-	0834	-	0927	-	-	1109
<b>Flimby</b>		05x56	06x52	07x46	-	08x39	-	09x32	-	-	11x14
<b>Maryport</b>		0600	0656	0750	-	0843	-	0936	-	-	1117
<b>Aspatria</b>		0610	0706	0800	-	0853	-	0946	-	-	1127
<b>Wigton</b>		0622	0718	0812	-	0904	-	0957	-	-	1138
<b>Dalston</b>		0631	0727	0821	-	0913	-	1006	-	-	1147
<b>Carlisle</b>	<b>a</b>	0642	0738	0832	-	0924	-	1017	-	-	1158

		SX	SO				SX	SO	SO	
<b>Manchester Airport</b>	<b>d</b>	0726	0726	-	0828	0928	-	1028	-	1128
<b>Manchester Piccadilly</b>	<b>a</b>	0742	0742	-	0846	0945	-	1045	-	1145
<b>Manchester Oxford Road</b>	<b>a</b>	0745	0745	-	0850	0950	-	1049	-	1149
<b>Preston</b>	<b>d</b>	0843	0845	-	0944	1045	-	1145	-	1245
<b>Lancaster</b>	<b>a</b>	0900	0902	-	1001	1102	-	1202	-	1302
	<b>d</b>	0900	0902	-	1002	1102	-	1202	1206	1212
<b>Oxenholme Lake District</b>		-	-	-	1018	-	-	1218	-	-
<b>Kendal</b>		-	-	-	1023	-	-	1223	-	-
<b>Burneside</b>		-	-	-	1026	-	-	1226	-	-
<b>Staveley</b>		-	-	-	1031	-	-	1231	-	-
<b>Windermere</b>	<b>a</b>	-	-	-	1038	-	-	1239	-	-
<b>Carnforth</b>		0911	0912	-	-	1111	-	-	1215	1221
<b>Silverdale</b>		0916	0917	-	-	1116	-	-	1221	1227
<b>Arnsdale</b>		0920	0921	-	-	1121	-	-	1225	1231
<b>Grange-over-Sands</b>		0926	0927	-	-	1126	-	-	1231	1237
<b>Kents Bank</b>		0929	0930	-	-	1130	-	-	-	1330
<b>Cark</b>		0933	0934	-	-	1134	-	-	1237	1243
<b>Ulverston</b>		0941	0942	-	-	1141	-	-	1245	1251
<b>Dalton</b>		0949	0950	-	-	1149	-	-	1253	1259
<b>Roose</b>		0955	0956	-	-	1156	-	-	-	1356
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>a</b>	1001	1002	-	-	1202	-	-	1305	1311
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>d</b>	-	-	1022	-	-	1206	-	-	-
<b>Askam</b>		-	-	1032	-	-	1216	-	-	-
<b>Kirkby-in-Furness</b>		-	-	10x36	-	-	12x20	-	-	-
<b>Foxfield</b>		-	-	1040	-	-	1224	-	-	-
<b>Green Road</b>		-	-	10x43	-	-	12x27	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>a</b>	-	-	1049	-	-	1233	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>d</b>	-	-	1050	-	-	1234	-	-	-
<b>Silecroft</b>		-	-	10x54	-	-	12x38	-	-	-
<b>Bootle (Cumbria)</b>		-	-	11x01	-	-	12x45	-	-	-
<b>Ravenglass</b>		-	-	1107	-	-	1251	-	-	-
<b>Drigg</b>		-	-	11x10	-	-	12x54	-	-	-
<b>Seascale</b>		-	-	1114	-	-	1257	-	-	-
<b>Sellafield</b>	<b>a</b>	-	-	1120	-	-	1303	-	-	-
	<b>d</b>	-	-	1122	-	-	1303	-	-	-
<b>Braystones</b>		-	-	11x26	-	-	13x07	-	-	-
<b>Nethertown</b>		-	-	11x28	-	-	13x09	-	-	-
<b>St. Bees</b>		-	-	1134	-	-	1328	-	-	-
<b>Corkickle</b>		-	-	1140	-	-	1334	-	-	-
<b>Whitehaven</b>	<b>a</b>	-	-	1143	-	-	1336	-	-	-
<b>Whitehaven</b>	<b>d</b>	-	-	1145	-	-	1338	-	-	-
<b>Parton</b>		-	-	11x48	-	-	13x41	-	-	-
<b>Harrington</b>		-	-	1157	-	-	1350	-	-	-
<b>Workington</b>		-	-	1203	-	-	1356	-	-	-
<b>Flimby</b>		-	-	12x07	-	-	14x00	-	-	-
<b>Maryport</b>		-	-	1211	-	-	1404	-	-	-
<b>Aspatria</b>		-	-	1221	-	-	1414	-	-	-
<b>Wigton</b>		-	-	1233	-	-	1426	-	-	-
<b>Dalston</b>		-	-	1242	-	-	1435	-	-	-
<b>Carlisle</b>	<b>a</b>	-	-	1253	-	-	1447	-	-	-

		SX			SO			SX			SO			SX		
<b>Manchester Airport</b>	<b>d</b>	1128	-	-	1228	-	1328	1328	-	1428	1428					
<b>Manchester Piccadilly</b>	<b>a</b>	1145	-	-	1245	-	1345	1345	-	1445	1445					
<b>Manchester Oxford Road</b>	<b>a</b>	1149	-	-	1249	-	1349	1349	-	1449	1449					
<b>Preston</b>	<b>d</b>	1249	-	-	1345	-	1445	1448	-	1545	1547					
<b>Lancaster</b>	<b>a</b>	1306	-	-	1402	-	1502	1505	-	1602	1604					
	<b>d</b>	1306	-	-	1402	-	1502	1505	-	1602	1605					
<b>Oxenholme Lake District</b>		-	-	-	1418	-	-	-	-	1618	1621					
<b>Kendal</b>		-	-	-	1423	-	-	-	-	1623	1625					
<b>Burneside</b>		-	-	-	1426	-	-	-	-	1626	1629					
<b>Staveley</b>		-	-	-	1431	-	-	-	-	1631	1634					
<b>Windermere</b>	<b>a</b>	-	-	-	1438	-	-	-	-	1638	1641					
<b>Carnforth</b>		1315	-	-	-	-	1511	1514	-	-	-					
<b>Silverdale</b>		1320	-	-	-	-	1516	1519	-	-	-					
<b>Arnside</b>		1325	-	-	-	-	1521	1524	-	-	-					
<b>Grange-over-Sands</b>		1330	-	-	-	-	1526	1529	-	-	-					
<b>Kents Bank</b>		1334	-	-	-	-	1530	1533	-	-	-					
<b>Cark</b>		1338	-	-	-	-	1534	1537	-	-	-					
<b>Ulverston</b>		1345	-	-	-	-	1541	1544	-	-	-					
<b>Dalton</b>		1354	-	-	-	-	1550	1553	-	-	-					
<b>Roose</b>		1400	-	-	-	-	1556	1559	-	-	-					
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>a</b>	1406	-	-	-	-	1602	1605	-	-	-					
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>d</b>	-	1417	1449	-	1544	-	-	1718	-	-					
<b>Askam</b>		-	1427	1459	-	1554	-	-	1728	-	-					
<b>Kirkby-in-Furness</b>		-	14x31	15x03	-	15x58	-	-	17x32	-	-					
<b>Foxfield</b>		-	1435	1507	-	1602	-	-	1736	-	-					
<b>Green Road</b>		-	14x39	15x10	-	16x05	-	-	17x39	-	-					
<b>Millom</b>	<b>a</b>	-	1445	1516	-	1611	-	-	1745	-	-					
<b>Millom</b>	<b>d</b>	-	1445	1517	-	1612	-	-	1745	-	-					
<b>Silecroft</b>		-	14x49	15x21	-	16x16	-	-	17x50	-	-					
<b>Bootle (Cumbria)</b>		-	14x56	15x28	-	16x23	-	-	17x56	-	-					
<b>Ravenglass</b>		-	1502	1534	-	1629	-	-	1802	-	-					
<b>Drigg</b>		-	15x05	15x37	-	16x32	-	-	18x05	-	-					
<b>Seascale</b>		-	1508	1541	-	1635	-	-	1809	-	-					
<b>Sellafield</b>	<b>a</b>	-	1513	1546	-	1640	-	-	1814	-	-					
	<b>d</b>	-	1514	1547	-	1641	-	-	1814	-	-					
<b>Braystones</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-					
<b>Nethertown</b>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-					
<b>St. Bees</b>		-	1527	1600	-	1652	-	-	1826	-	-					
<b>Corkickle</b>		-	1533	1606	-	1657	-	-	1832	-	-					
<b>Whitehaven</b>	<b>a</b>	-	1536	1608	-	1700	-	-	1834	-	-					
<b>Whitehaven</b>	<b>d</b>	-	1540	1612	-	1701	-	-	1835	-	-					
<b>Parton</b>		-	15x45	16x15	-	17x05	-	-	18x39	-	-					
<b>Harrington</b>		-	1553	1624	-	1713	-	-	1847	-	-					
<b>Workington</b>		-	1559	1633	-	1719	-	-	1853	-	-					
<b>Flimby</b>		-	16x04	16x37	-	17x24	-	-	18x58	-	-					
<b>Maryport</b>		-	1608	1643	-	1728	-	-	1902	-	-					
<b>Aspatria</b>		-	1618	1653	-	1738	-	-	1912	-	-					
<b>Wigton</b>		-	1629	1705	-	1749	-	-	1923	-	-					
<b>Dalston</b>		-	1638	1714	-	1759	-	-	1932	-	-					
<b>Carlisle</b>	<b>a</b>	-	1651	1725	-	1810	-	-	1943	-	-					

					SX	SO		SX	SX	SX	
<b>Manchester Airport</b>	<b>d</b>	1528	-	-	1629	1629	-	1728	-	-	-
<b>Manchester Piccadilly</b>	<b>a</b>	1545	-	-	1652	1646	-	1746	-	-	-
<b>Manchester Oxford Road</b>	<b>a</b>	1549	-	-	1656	1650	-	1750	-	-	-
<b>Preston</b>	<b>d</b>	1634	-	-	1745	1745	-	1845	-	-	-
<b>Lancaster</b>	<b>a</b>	1651	-	-	1802	1802	-	1902	-	-	-
	<b>d</b>	1651	-	-	1802	1802	1904	1907	-	-	-
<b>Oxenholme Lake District</b>		-	-	-	1818	1818	1922	-	2018	2117	2222
<b>Kendal</b>		-	-	-	1823	1823	1926	-	2022	2121	2226
<b>Burneside</b>		-	-	-	1826	1826	1930	-	2026	2125	2230
<b>Staveley</b>		-	-	-	1831	1831	1935	-	2031	2130	2235
<b>Windermere</b>	<b>a</b>	-	-	-	1838	1838	1942	-	2037	2136	2241
<b>Carnforth</b>		1700	-	-	-	-	-	1916	-	-	-
<b>Silverdale</b>		1705	-	-	-	-	-	1921	-	-	-
<b>Arnside</b>		1709	-	-	-	-	-	1926	-	-	-
<b>Grange-over-Sands</b>		1715	-	-	-	-	-	1931	-	-	-
<b>Kents Bank</b>		1718	-	-	-	-	-	1935	-	-	-
<b>Cark</b>		1722	-	-	-	-	-	1939	-	-	-
<b>Ulverston</b>		1730	-	-	-	-	-	1946	-	-	-
<b>Dalton</b>		1738	-	-	-	-	-	1955	-	-	-
<b>Roose</b>		1744	-	-	-	-	-	2001	-	-	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>a</b>	1750	-	-	-	-	-	2007	-	-	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>d</b>	-	1807	1912	-	-	-	-	-	-	-
<b>Askam</b>		-	1817	1922	-	-	-	-	-	-	-
<b>Kirkby-in-Furness</b>		-	18x21	19x26	-	-	-	-	-	-	-
<b>Foxfield</b>		-	1825	1930	-	-	-	-	-	-	-
<b>Green Road</b>		-	18x28	19x33	-	-	-	-	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>a</b>	-	1834	1939	-	-	-	-	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>d</b>	-	1834	1940	-	-	-	-	-	-	-
<b>Silecroft</b>		-	-	19x44	-	-	-	-	-	-	-
<b>Bootle (Cumbria)</b>		-	-	19x51	-	-	-	-	-	-	-
<b>Ravenglass</b>		-	1849	1957	-	-	-	-	-	-	-
<b>Drigg</b>		-	18x52	20x00	-	-	-	-	-	-	-
<b>Seascale</b>		-	1856	2003	-	-	-	-	-	-	-
<b>Sellafield</b>	<b>a</b>	-	1900	2008	-	-	-	-	-	-	-
	<b>d</b>	-	1900	2012	-	-	-	-	-	-	-
<b>Braystones</b>		-	-	20x15	-	-	-	-	-	-	-
<b>Nethertown</b>		-	-	20x18	-	-	-	-	-	-	-
<b>St. Bees</b>		-	1912	2027	-	-	-	-	-	-	-
<b>Corkickle</b>		-	1917	2032	-	-	-	-	-	-	-
<b>Whitehaven</b>	<b>a</b>	-	1920	2036	-	-	-	-	-	-	-
<b>Whitehaven</b>	<b>d</b>	-	1921	2037	-	-	-	-	-	-	-
<b>Parton</b>		-	19x25	20x41	-	-	-	-	-	-	-
<b>Harrington</b>		-	1933	2049	-	-	-	-	-	-	-
<b>Workington</b>		-	1943	2055	-	-	-	-	-	-	-
<b>Flimby</b>		-	19x47	21x00	-	-	-	-	-	-	-
<b>Maryport</b>		-	1953	2104	-	-	-	-	-	-	-
<b>Aspatria</b>		-	2003	2114	-	-	-	-	-	-	-
<b>Wigton</b>		-	2014	2125	-	-	-	-	-	-	-
<b>Dalston</b>		-	2023	2134	-	-	-	-	-	-	-
<b>Carlisle</b>	<b>a</b>	-	2034	2145	-	-	-	-	-	-	-

		SO			SX	SO	SO	
<b>Manchester Airport</b>	<b>d</b>	1728	-	1828	-	1927	1927	-
<b>Manchester Piccadilly</b>	<b>a</b>	1746	-	1845	-	1945	1945	-
<b>Manchester Oxford Road</b>	<b>a</b>	1750	-	1849	-	1949	1949	-
<b>Preston</b>	<b>d</b>	1847	-	1944	-	2045	2046	-
<b>Lancaster</b>	<b>a</b>	1904	-	2001	-	2102	2103	-
	<b>d</b>	1907	-	2002	-	2103	2104	2126
<b>Oxenholme Lake District</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Kendal</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Burneside</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Staveley</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Windermere</b>	<b>a</b>	-	-	-	-	-	-	-
<b>Carnforth</b>		1916	-	2011	-	2112	2113	2135
<b>Silverdale</b>		1921	-	2016	-	2117	2118	-
<b>Arnside</b>		1926	-	2020	-	2121	2122	2143
<b>Grange-over-Sands</b>		1931	-	2026	-	2126	2127	2149
<b>Kents Bank</b>		1935	-	2029	-	2130	2131	-
<b>Cark</b>		1939	-	2034	-	2134	2135	2154
<b>Ulverston</b>		1946	-	2041	-	2141	2142	2202
<b>Dalton</b>		1955	-	2050	-	2149	2150	-
<b>Roose</b>		2001	-	2056	-	2155	2156	-
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>a</b>	2007	-	2102	-	2202	2203	2220
<b>Barrow-in-Furness</b>	<b>d</b>	-	2019	-	2110	-	-	-
<b>Askam</b>		-	2029	-	2120	-	-	-
<b>Kirkby-in-Furness</b>		-	20x33	-	21x24	-	-	-
<b>Foxfield</b>		-	2037	-	2128	-	-	-
<b>Green Road</b>		-	20x40	-	21x32	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>a</b>	-	2046	-	2138	-	-	-
<b>Millom</b>	<b>d</b>	-	2046	-	-	-	-	-
<b>Silecroft</b>		-	20x51	-	-	-	-	-
<b>Bootle (Cumbria)</b>		-	20x57	-	-	-	-	-
<b>Ravenglass</b>		-	2103	-	-	-	-	-
<b>Drigg</b>		-	21x06	-	-	-	-	-
<b>Seascale</b>		-	2110	-	-	-	-	-
<b>Sellafield</b>	<b>a</b>	-	2115	-	-	-	-	-
	<b>d</b>	-	2116	-	-	-	-	-
<b>Braystones</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Nethertown</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>St. Bees</b>		-	2125	-	-	-	-	-
<b>Corkickle</b>		-	2131	-	-	-	-	-
<b>Whitehaven</b>	<b>a</b>	-	2133	-	-	-	-	-
<b>Whitehaven</b>	<b>d</b>	-	2135	-	-	-	-	-
<b>Parton</b>		-	21x38	-	-	-	-	-
<b>Harrington</b>		-	2147	-	-	-	-	-
<b>Workington</b>		-	2153	-	-	-	-	-
<b>Flimby</b>		-	21x57	-	-	-	-	-
<b>Maryport</b>		-	2201	-	-	-	-	-
<b>Aspatria</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Wigton</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Dalston</b>		-	-	-	-	-	-	-
<b>Carlisle</b>	<b>a</b>	-	-	-	-	-	-	-

SO Saturdays only.

SX Mondays to Fridays.