

שמות	זמן לידה	תקופת זמן	תזמון	לפנה'ס	תורה	סוף גיל
צאצאי אדם מ סת לנח						
אלוקים	0	0	0	-3982	בראשית 5: צאצאי אדם מ סת לנח	
אדם	130				בראשית 5:3	930
סת	105				בראשית 5:6	912
אנוש	90				בראשית 5:9	905
קינן	70				בראשית 5:12	910
מהללאל	65				בראשית 5:15	895
ג'רד	162				בראשית 5:19	962
חנוך	65				בראשית 5:21	365
התגלות חנוך		687-987	3295-2995		בראשית 5:22	ספר חנוך א' יהודה 1:14-15
מתושלח	187				בראשית 5:25	969
למך	182				בראשית 5:28	777
נח	500	1556	1556	-2426	בראשית 5:32	950
צאצאי של שם (אחרי המבול)						
שם	100	1656	1656	-2326	בראשית 11:10	500
ארפכשד	35				בראשית 11:12	403
שלח	30				בראשית 11:14	403
אבר	34				בראשית 11:16	430
פלג	30				בראשית 11:18	209
רעו	32				בראשית 11:20	207
סרוג	30				בראשית 11:22	200
נחור	29				בראשית 11:24	119
תרח	70				בראשית 11:26	205
אברם	75	465	2021	-1961	בראשית 12:4	11:32