PROGRAMMA STAGE FISR SEREGNO 19-20 OTTOBRE

SABATO										
	9.00-9.30	9.30-10.10	10.10-10.50	10.50-11.30	11.30-12.10	12.10-12.50	12.50-13.30	13.30-14.00	14.00-14.30	14.30-15.00
prep.atlet.				C	D	B	A	PAUSA	E	F
salti a secco	C	D	B	A	E	F				
pista	1	C	D	B	A	E	F		2	3

	15.00-15.30	15.30-16.00	16.00-16.30	16.30-17.10	17.10-17.50	17.50-18.30	18.30-19.10	19.10-19.50	19.50-20.30
coreografia	A	B	D	E	F	C			
salti a secco			A	C	B	D	E	F	
pista	4	5	6	A	C	B	D	E	F

DOMENICA												
	8.20-8.50	8.50-9.30	9.30-10.10	10.10-10.50	10.50-11.30	11.30-12.10	12.10-12.15	12.15-12.55	12.55-13.25	13.25-13.55	13.55-.14.25	14.25-14.55
prep.atlet.					D	B	IN PISTA	A	C	PAUSA	E	F
salti a secco	D	B	A	E	C	F	FOTO DI					
pista	2	D	B	A	E	C	GRUPPO	F	1		3	4

	14.55-15.25	15.25-15.55	15.55-16.30	16.30-17.05	17.05-17.40	17.40-18.15	18.15-18.50	18.50-19.25
coreografia	B	A	C	E	F	D		
pista	5	6	B	A	D	C	E	F

gruppi salti	
A	lutz-rit
B	axel
C	d.toe-loop/salcow
D	d.toe-loop/salcow-d.rit
E	d.flip/lutz
F	d.axel/tripli

gruppi trottole	
1	int.ind. - est.ind
2	abbassata
3	angelo indietro
4	angelo avanti
5	angelo avanti - rovesc/tacco
6	rovesc / tacco