

<b>Fredag 10.02.2023</b>	
<b>Start kl.</b>	<b>Aktivitet</b>
11:00	Treningscenter åpent
12:00	Treningstid på is starter
13:00	Sikkerhetssjekk del 1
14:00	Lagledermøte
14:00	Isprepp
14:30	Åpningsseremoni
15:00	100 m alle klasser
15:30	Sikkerhetssjekk del 2
	Isprepp og Premieseremoni F1
Ikke før 16:15	500 m 15 + 16 år
	Isprepp og Premieseremoni F2
Ikke før 17:20	Fellesstart Para + 12-14 år
	Isprepp og Premieseremoni F3
Ikke før 18:50	Fellesstart 15 og 16 år
	Premieseremoni F4

\* Hvilke distanser som tilhører hvilke premieseremonier opplyses på lagledermøte

