

ZEITPLAN**ÖM 2010** (vorläufig, Änderungen vorbehalten)**DATUM****11.12.2009****KURZPROGRAMM ÖSTERREICHISCHE STAATSMEISTERSCHAFTEN****KURZPROGRAMM ÖSTERREICHISCHE JUNIORNEN EISTANZ:****Training:**

07:15:00	07:30:00	EISMASCHINE		
08:35:00	08:41:00	Warm Up	EISTANZ	50 Min.
08:41:00	08:43:50		1 Pflicht + Originaltanz	
08:43:50	08:46:40		2	
09:25:00	09:40:00	EISMASCHINE		
09:40:00	09:46:00	Warm Up	DAMEN (1-4)	25 Min.
09:46:00	09:48:50		1	
09:48:50	09:51:40		2	
09:51:40	09:54:30		3	
09:54:30	09:57:20		4	
10:05:00	10:11:00	Warm Up	DAMEN (5-9)	25 Min.
10:11:00	10:13:50		5	
10:13:50	10:16:40		6	
10:16:40	10:19:30		7	
10:19:30	10:22:20		8	
10:22:20	10:25:10		9	
10:25:10	10:40:10	EISMASCHINE		
10:40:10	10:40:10	Warm Up	HERRN (1-4)	25 Min.
10:40:10	10:43:00		1	
10:43:00	10:45:50		2	
10:45:50	10:48:40		3	
10:48:40	10:51:30		4	
10:51:30	11:06:30	EISMASCHINE		
11:10:00	11:16:00	Warm Up	SYS 1	10 Min.
11:16:00	11:18:50		1	
11:30:00	11:36:00	Warm Up	SYS 2	10 Min.
11:36:00	11:38:50		1	
11:38:50	11:53:50	EISMASCHINE		
		EISMASCHINE		

12:00	Beginn der Bewerbe			
	Beginn Eistanz:			
12:00	12:06	Warmup	Eistanz	PFLICHTTANZ
12:06	12:11		1 Junioren	
12:11	12:17		2 Senioren	
12:17:40	12:17:40	Beginn Senioren Damen:		
12:17:40	12:23:40	Warm Up	Damen G1	KP
12:23:40	12:29:30		1	
12:29:30	12:35:20		2	
12:35:20	12:41:10		3	
12:41:10	12:47:00		4	
12:47:00	12:52:50		5	
12:52:50	12:58:50	Warm Up	Damen G2	KP
12:58:50	13:04:40		6	
13:04:40	13:10:30		7	
13:10:30	13:16:20		8	
13:16:20	13:22:10		9	
13:22:10	13:28:00		10	
13:28:00	13:43:00	EISMASCHINE		
13:43:00	Beginn Senioren Herrn:			
13:43:00	13:49:00	Warm Up	Herrn 1-4	KP
13:49:00	13:54:50		1	
13:54:50	14:00:40		2	
14:00:40	14:06:30		3	
14:06:30	14:12:20		4	
14:12:20	14:27:20	EISMASCHINE		
14:27:20	Beginn Eistanz:			
14:27:20	14:33:20	Warm Up	Eistanz	OT
14:33:20	14:39:10		1 Junioren	
14:39:10	14:45:00		2 Senioren	
14:45:00	14:50:50			
14:50:50	14:56:40			
14:56:40	Beginn Synchronislauf:			KP
14:56:40	15:02:40	Warm Up	SYS 1	
15:02:40	15:08:30		1	
15:08:30	15:14:30	Warm Up	SYS 2	
15:14:30	15:20:20		2	

ZEITPLAN**ÖM 2010** (vorläufig, Änderungen vorbehalten)**DATUM****12.12.2009****KURZPROGRAMM ÖSTERREICHISCHE STAATSMEISTERSCHAFTEN****KURZPROGRAMM ÖSTERREICHISCHE JUNIORNEN EISTANZ:**

Training:				
07:15:00	07:30:00	EISMASCHINE		
08:35:00	08:41:00	Warm Up	EISTANZ	50 Min.
08:41:00	08:45:00	1 Kür		
08:45:00	08:48:30	2		
09:25:00	09:40:00	EISMASCHINE		
09:40:00	09:46:00	Warm Up	DAMEN (1-4)	25 Min.
09:46:00	09:49:30	1		
09:49:30	09:53:00	2		
09:53:00	09:56:30	3		
09:56:30	10:00:00	4		
10:05:00	10:11:00	Warm Up	DAMEN (5-9)	25 Min.
10:11:00	10:14:30	5		
10:14:30	10:18:00	6		
10:18:00	10:21:30	7		
10:21:30	10:25:00	8		
10:25:00	10:28:30	9		
10:28:30	10:43:30	EISMASCHINE		
10:43:30	10:43:30	Warm Up	HERRN (1-4)	25 Min.
10:43:30	10:47:30	1		
10:47:30	10:51:30	2		
10:51:30	10:55:30	3		
10:55:30	10:59:30	4		
10:59:30	11:14:30	EISMASCHINE		
11:10:00	11:16:00	Warm Up	SYS 1	15 Min.
11:16:00	11:19:30	1		
11:30:00	11:36:00	Warm Up	SYS 2	15 Min.
11:36:00	11:39:30	1		
11:39:30	11:54:30	EISMASCHINE		
		EISMASCHINE		

12:00	Beginn der Bewerbe			
	Beginn Eistanz:			
12:00	12:06	Warmup	Eistanz	KÜR
12:06	12:13		1 Junioren	
12:13	12:19		2 Senioren	
12:19:30	12:19:30	Beginn Senioren Damen:		
12:19:30	12:25:30	Warm Up	Damen G1	KÜR
12:25:30	12:32:00		1	
12:32:00	12:38:30		2	
12:38:30	12:45:00		3	
12:45:00	12:51:30		4	
12:51:30	12:58:00		5	
12:58:00	13:04:00	Warm Up	Damen G2	KÜR
13:04:00	13:10:30		6	
13:10:30	13:17:00		7	
13:17:00	13:23:30		8	
13:23:30	13:30:00		9	
13:30:00	13:36:30		10	
13:36:30	13:51:30	EISMASCHINE		
13:51:30	Beginn Senioren Herrn:			
13:51:30	13:57:30	Warm Up	Herrn 1-4	KÜR
13:57:30	14:04:30		1	
14:04:30	14:11:30		2	
14:11:30	14:18:30		3	
14:18:30	14:25:30		4	
14:25:30	14:40:30	EISMASCHINE		
14:40:30	Beginn Eistanz:			
14:40:30	14:40:30	Beginn Synchronislauf:		KÜR
14:40:30	14:46:30	Warm Up	SYS 1	
14:46:30	14:53:00		1	
14:53:00	14:59:00	Warm Up	SYS 2	
14:59:00	15:05:30		2	

Anschließend

SIEGEREHRUNG AUF DEM EIS