



## Foreløpig tidsskjema:

### **FREDAG 27. januar**

Trening	12:00 - 18:00
Forberede tekningsmøte	17:00 - 18:00
<b>Trekningsmøte HSK KAFE</b>	<b>18:00</b>

### **LØRDAG 28. januar**

<b>Tidskjema</b>	<b>Start tidspunkt</b>
Sekretariat åpent	<b>09:30</b>
Trening	09:45 - 10:15
Lagledermøte	10:00
Teknisk prøve	10:30
Åpningssermoni	10:40
Prøvepar	10:50
<b>500 m kvinner</b>	<b>11:00</b>
500 m menn	11:20
ISPREP	11:40 Sermoni 500 menn
1500 m kvinner	12:10
ISPREP	12:40 Sermoni 500 og 1500 kvinner
3000 m menn	13:10
<b>Ferdig dag 1</b>	<b>14:00 Sermoni 3000 menn</b>

### **SØNDAG 29. januar**

	<b>Start tidspunkt</b>
Sekretariat åpent	08:30
Trening	08:45 -09:15
Lagledermøte	09:00
Teknisk prøve	09:30
Prøvepar	09:50
<b>1000 m kvinner</b>	<b>10:00</b>
1500 m menn	10:20
ISPREP	10:45 Sermoni 1500 menn
3000 m kvinner	11:05
ISPREP	12:00 Sermoni 1000 og 3000 kvinner
5000 m menn	12:20
Ferdig dag 2	13:40 Sermoni 5000 menn
<b>NM vinner kåres</b>	<b>14:00</b>
<b>SLUTT</b>	<b>14:30</b>