

## SCHEMA TEST Luleå den 4 september

### BASIC 1-4

	Basic 1	Basic 2	Basic 3	Basic 4	Antal åkare	Spolning och lunch
Lämna testkort och licenser	08:45					
<b>Uppvärmning grupp 1</b>	<b>09:00-09:05</b>				<b>6+4*</b>	
Start 1:a åkare	09:06					
Lämna testkort och licenser		09:45				
<b>Uppvärmningsgrupp 2</b>		<b>10:14-10:20</b>			<b>6+1*</b>	
Start 1:a åkare		10:21*				
Lämna testkort och licenser			10:30	10:30		
<b>Uppvärmningsgrupp 3 och 4</b>			<b>11:05-11:10</b>	<b>11:05-11:11</b>	<b>1+2*</b>	
Start 1:a åkare			11:12*	11:18*		
<b>Lunch och spolning</b>						<b>11:30-12:00</b>

\*OBS! Basic testerna ska genomföras enligt exempel nedan:  
De första 6 åkare värmer upp ca 6 minuter. Därefter börjar 1:a åkare testa medan fem övriga fortsätter att träna på 1/3 del av isen  
När första åkaren är klar, kliver en åkare till på isen från samma gru

