



VELKOMMEN TIL



OKTOBERKONKURRENCEN

Tidsplan

23.-25. okt. 2020 – Gentofte skøjtehal

Version 21/10-2020

	Fredag d 23. oktober	Lørdag d. 24 oktober	Søndag d. 25 oktober
08:00	<p>OBS:</p> <p>Vi kommer ikke foran tidsplanen dvs. alle grupper kommer til at starte til den annoncerede tid.</p> <p>Lodtrækning i alle rækker foretages elektronisk og offentliggøres 21/10 (aften) via resultatlink</p> <p>Denne tidsplan er vejledende og opdateres sidste gang 21/10.</p> <p>Husk sommertid søn 25. okt.</p>	08:00-08:36 Springs K1 piger og drenge (1-6)	08:00-08:25 Springs K2 piger og drenge (1-4)
		08:36-09:18 Springs K1 piger og drenge (7-13)	08:25-08:56 Springs K2 piger og drenge (5-9)
09:00		09:18-10:00 Springs K1 piger og drenge (14-20)	08:56-09:25 Drenge: Debs K2 + Novice K2 + Novice K3
		10:00-10:15 ISKØRSEL	09:25-09:42 Senior K1 damer (1-2)
10:00		10:15-11:00 Debs K1 piger (1-7)	09:42-10:15 Senior K2 damer (1-5)
		11:00-11:44 Debs K2 piger (1-7)	10:15-10:30 ISKØRSEL
		11:44-12:28 Novice K2 piger (1-7)	10:30-10:57 Junior K2 damer (1-4)
12:00		12:00-12:45 Træningspas nr. 1 "Tilmeldte K-løbere" max 20	10:57-11:25 Junior K2 damer (5-8)
		12:45-13:30 Træningspas nr. 2 "Tilmeldte K-løbere" max 20	11:25-11:58 Junior K2 damer (9-13)
13:00		13:30-14:15 Træningspas nr. 3 "Tilmeldte K-løbere" max 20	11:58-12:30 Cubs M piger (1) + Springs M piger (1-5)
	14:15-14:30 ISKØRSEL	12:30-13:00 ISKØRSEL OG FROKOST	
	14:30-15:15 Træningspas nr. 4 "Tilmeldte K-løbere" max 20	13:00-13:38 Novice M dreng + Novice M piger SP (1-6)	
14:00	15:15-16:00 Træningspas nr. 5 "Tilmeldte M: Debs/Novice" max 13	13:38-14:06 Debs M dreng SP + Debs M piger SP (1-4)	
	16:00-16:45 Træningspas nr. 6 "Tilmeldte M: Novice/Junior/Senior" max 13	14:06-14:35 Debs M piger SP (5-9)	
	16:45-17:00 ISKØRSEL	14:35-14:50 ISKØRSEL	
17:00	17:00-17:14 Chicks K piger og drenge (1-2)	14:50-15:17 Junior M damer SP (1-4)	
	17:14-17:54 Cubs K piger og drenge (1-7)	15:17-15:44 Junior M damer SP (5-8)	
	17:54-18:27 Novice K3 piger (1-5)	15:44-16:00 Senior M damer SP (1-2)	
	18:27-19:00 Novice K3 piger (6-10)	16:00-16:15 ISKØRSEL	
18:00	19:00-19:30 ISKØRSEL & AFTENSMAD	16:15-16:55 Novice K1 damer (1-6)	
	19:30-20:03 Junior K1 damer (1-5)	16:55-17:34 Novice K1 damer (7-12)	
19:00	20:03-20:37 Junior K1 damer (6-10)	17:34-17:56 Junior K3 damer (1-3)	
		17:56-18:24 Junior K3 damer (4-7)	
20:00		18:24-18:39 ISKØRSEL OG AFTENSMAD	
		18:39-19:30 Træningspas nr. 7 "Tilmeldte M: Cubs/Springs/Debs" max. 13	
		19:30-20:15 Træningspas nr. 8 "Tilmeldte M: Debs/Nov/Jun/sen" max 13	
		20:15-20:30 ISKØRSEL	
		20:30-21:15 Træningspas nr. 9 "Tilmeldte M: Nov/Jun/sen" max 13	
21:00			<p>Følgende grupper varmer op sammen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Debs M drenge + Debs M piger - Novice M drenge + Novice M piger - Debs K2 drenge + Novice K2 drenge + Novice K3 drenge - Senior K1 damer + Senior K2 damer <p>Træning:</p> <p>Tilmelding til træningspas 1,2,3 & 4 for K-løbere foregår gratis via www.gkf.dk "oktoberkonkurrencen 2020" Der bliver ikke spillet programmusik.</p> <p>Tilmelding til træningspas 5,6,7,8 og 9 for M-løbere foregår gratis via www.gkf.dk "oktoberkonkurrencen 2020" Der bliver ikke spillet programmusik.</p>