



ACCESSO ALLA PISTA PER PUBBLICO E ACCOMPAGNATORI

L'ingresso alla pista per il pubblico/accompagnatori è gratuito.

Sarà possibile assistere sia alle gare che agli allenamenti.

Per effettuare la prenotazione è obbligatorio registrarsi preventivamente online tramite seguente link già attivo:

<https://www.custorino.it/assoluti-pattinaggio/>

Per accedere alla pista è obbligatorio presentare il Green Pass.

Milano, 26 novembre 2021



PROGRAMMA ALLENAMENTI E GARE

Sabato 4 dicembre 2021

ALLENAMENTI

RD e SP 30' 5' riscaldamento poi musica in ordine di discesa in pista

8.45 9.15 RD junior

9.15 9.45 RD junior

rifacimento

10.00 10.30 RD senior

10.30 11.00 SP women

rifacimento

11.15 11.45 SP women

11.45 12.15 SP men

rifacimento

12.30 13.00 SP pairs

13.00 13.30 SP pairs

rifacimento

13.45. 14.00

PROVA RD COPPIA FUORI GARA

GARE

14:00 DANZA - RD JUNIOR

15:15 DANZA – RD SENIOR

16:00 ARTISTICO SINGOLI – SP LADIES

17:45 ARTISTICO COPPIE – SP

18:45 ARTISTICO SINGOLI – SP MEN

19:20

PROVA ATLETA FUORI GARA



PROGRAMMA ALLENAMENTI E GARE

Domenica 5 dicembre 2021

ALLENAMENTI

FD e FP 30' 5' riscaldamento poi musica in ordine di discesa in pista

7.15 7.45 FD junior

7.45 8.15 FD junior

rifacimento

8.30 9.00 FD senior

9.00 9.30 FP women

rifacimento

9.45 10.15 FP women

10.15 10.45 FP men

rifacimento

11.00 11.30 FP pairs

11.30 12.00 FP pairs

rifacimento

12.15 12.30

PROVA FD COPPIA FUORI GARA

GARE

12:45 DANZA - FD SENIOR

15:15 DANZA – FD JUNIOR

16:00 ARTISTICO SINGOLI – FS LADIES

17:45 ARTISTICO COPPIE – FS

18:45 ARTISTICO SINGOLI – FS MEN

19:20

PROVA ATLETA FUORI GARA