

TIJDSHEMA TRAININGSWEDSTRIJD IJSCLUB HAARLEM

Ijsbaan Haarlem 28 februari 16:30 - 20:00

POORT OPEN 16:15 voor 100 - 500 meter	Afstand in meter	Aantal deelnemers	ritnrs	Aantal ritten	Tijd per rit	Benodigde tijd		Planning	
						Kwartet	overig	Aanvang	Einde
RIJDERS 100 - 500 mogen naar binnen								16:15	
baanverzorging							0:15:00	16:15	16:30
START 100 - 500									
inrijden							0:05:00	16:30	16:35
100 meter	100	32	1 - 16	16	0:01:00	0:16:00		16:35	16:51
pauze							0:05:00	16:51	16:56
500 meter	500	32	17 - 32	8	0:02:45	0:22:00		16:56	17:18
RIJDERS 100 - 500 meter moeten de ijsbaan verlaten								17:18	

POORT OPEN: 17:20 voor 500 - 1500 meter	Afstand in meter	Aantal deelnemers	ritnrs	Aantal ritten	Tijd per rit	Benodigde tijd		Planning	
						Kwartet	overig	Aanvang	Einde
RIJDERS 500 - 1500 mogen naar binnen								17:20	
baanverzorging							0:15:00	17:20	17:35
START 500 - 1500									
inrijden							0:05:00	17:35	17:40
500 meter	500	60	33 - 62	15	0:02:15	0:33:45		17:40	18:13
baanverzorging							0:12:00	18:13	18:25
1500 meter	1500	28	63 - 76	7	0:04:05	0:28:35		18:25	18:54
baanverzorging							0:12:00	18:54	19:06
1500 meter	1500	30	77 - 92	8	0:03:30	0:28:00		19:06	19:34