03-gen-07								
	9,00 -9,40	1° Libero		Salcow - Flip				
	9,40 - 10,20	2° libero		axel - Doppio Salcow				
	10,30 - 11,30	obbligatori	1° e 2° gruppo					
	11,50 - 12,30	3° libero		Doppio Flip - Doppio Lutz				
	12,30 - 13,10	4° libero		doppio Axel - triplo Salcow				
	14,50 - 15.30	1° Libero		Trottola Interna ed Esterna indietro				
	15,30 - 16,10	2° libero		Trottola abbassata interna indietro trottole saltate				
	16,20 - 17,20	obbligatori	3° e 4° gruppo					
	17,40 - 18,20	3° libero		Trottola esterna indietro ed esterna avanti ad angelo				
	18.20 - 19,00	4° libero		trottola rovesciata - trottola tacco sinistro				
04-gen-07								
	9,00 -9,40	1° Libero		Lutz- Rittberger				
	9,40 - 10,20	2° libero		Doppio Salcow - Doppio Toolup				
	10,30 - 11,30	obbligatori	1° e 2° gruppo					
	11,40 - 12,20	3° libero		Doppio Lutz - doppio Rittberger				
	12,20 - 13,00	4° libero		Triplo Toloop ed eventueli altri salti tripli				
	14,30 - 15.10	1° Libero		Trottola Interna ed Esterna indietro				
	15,10 - 15,50	2° libero		Trottola abbassata esterna indietro trottole cambio piede				
	16 - 17	obbligatori	3° e 4° gruppo					
	17,20 - 18,00	3° libero		Trottola esterna avanti ed interna indietro ad angelo				
	18.00 - 18,40	4° libero		BROKEN ANCLE trottola broken ancle - trottola tacco destro				