

1 этап «Кубка России-Ростелеком» по фигурному катанию на коньках Всероссийские соревнования «Сызранская ласточка»

г. Сызрань

22-26 сентября 2021 г.

Расписание тренировок

22 сентября (среда)

10.30-11.00 - танцы на льду, КМС, ритм танец, 3 пары
11.00-11.30 - танцы на льду, КМС, ритм танец, 4 пары
11.30-12.00 - танцы на льду, КМС, ритм танец, 4 пары
12.00-12.15 – подготовка льда
12.15-12.45 - танцы на льду, МС, ритм танец, 3 пары

23 сентября (четверг)

07.15-07.30 - подготовка льда
07.30-08.00 - танцы на льду, КМС, произвольный танец, 1-3 стартовый номер
08.00-08.30 - танцы на льду, КМС, произвольный танец, 4-7 стартовый номер
08.30-08.45 - подготовка льда
08.45-09.15 - танцы на льду, КМС, произвольный танец, 8-11 стартовый номер
09.15-09.45 - танцы на льду, МС, произвольный танец, 1-3 стартовый номер
09.45-10.00 - подготовка льда
10.00-10.30 - женщины, короткая программа, 1-5 стартовый номер
10.30-11.00 - женщины, короткая программа, 6-10 стартовый номер
11.00-11.15 - подготовка льда
11.15-11.45 - женщины, короткая программа, 11-16 стартовый номер
11.45-12.00 - подготовка льда
12.00-12.30 - мужчины, короткая программа, 1-6 стартовый номер
12.30-13.00 - мужчины, короткая программа, 7-12 стартовый номер

24 сентября (пятница)

06.45-07.00 - подготовка льда
07.00-07.30 - женщины, произвольная программа, 1-5 стартовый номер
07.30-08.00 - женщины, произвольная программа, 6-10 стартовый номер
08.00-08.15 - подготовка льда
08.15-08.45 - женщины, произвольная программа, 11-16 стартовый номер
08.45-09.15 - мужчины, произвольная программа, 1-6 стартовый номер
09.15-09.30 - подготовка льда
09.30-10.00 - мужчины, произвольная программа, 7-12 стартовый номер
10.00-10.30 - пары, КМС, короткая программа, 1-3 стартовый номер
10.30-10.45 - подготовка льда
10.45-11.15 - пары, КМС, короткая программа, 4-6 стартовый номер
11.15-11.45 - пары, КМС, короткая программа, 7-10 стартовый номер
11.45-12.00 - *подготовка льда*
12.00-12.30 - пары, МС, короткая программа, 1-2 стартовый номер
12.30-13.00 - пары, МС, короткая программа, 3-5 стартовый номер

1 этап «Кубка России-Ростелеком» по фигурному катанию на коньках Всероссийские соревнования «Сызранская ласточка»

г. Сызрань

22-26 сентября 2021 г.

25 сентября (суббота)

06.45-07.00 - *подготовка льда*

07.00-07.30 - девушки, короткая программа 1-5 стартовый номер

07.30-08.00 - девушки, короткая программа 6-11 стартовый номер

08.00-08.30 - девушки, короткая программа 12-17 стартовый номер

08.30-08.45 - *подготовка льда*

08.45-09.15 - девушки, короткая программа 18-23 стартовый номер

09.15-09.45 - пары КМС, произвольная программа 1-3 стартовый номер

09.45-10.00 - *подготовка льда*

10.00-10.30 - пары КМС, произвольная программа 4-6 стартовый номер

10.30-11.00 - пары КМС, произвольная программа 7-10 стартовый номер

11.00-11.15 - *подготовка льда*

11.15-11.45 - пары МС, произвольная программа 1-2 стартовый номер

11.45-12.15 - пары МС, произвольная программа 3-5 стартовый номер

12.15-12.45 - юноши, КМС, короткая программа, 1-6 стартовый номер

12.45-13.00 - *подготовка льда*

13.00-13.30 - юноши, КМС, короткая программа, 7-12 стартовый номер

13:30-14.00 - юноши, КМС, короткая программа, 13-18 стартовый номер

25 сентября (суббота)

06.45-07.00 - *подготовка льда*

07.00-07.30 - девушки, произвольная программа, 1-5 стартовый номер

07.30-08.00 - девушки, произвольная программа, 6-11 стартовый номер

08.00-08.15 - *подготовка льда*

08.15-08.45 - девушки, произвольная программа, 12-17 стартовый номер

08.45-09.15 - девушки, произвольная программа, 18-23 стартовый номер

09.15-09.30 - *подготовка льда*

09.30-10.00 - юноши, произвольная программа, 1-6 стартовый номер

10.00-10.30 - юноши, произвольная программа, 7-12 стартовый номер

10.30-10.45 - *подготовка льда*

10.45-11.15 - юноши, произвольная программа, 13-18 стартовый номер