

Vorläufiger Zeitplan NMX und Ladies Cup Hartenholm 2019

Freitag		
09:00-09:15	S35	Freies Training
09:25-09:40	S50	Freies Training
09:50-10:05	Klassik	Freies Training
10:20-10:35	S35	Pflichttraining
10:45-11:00	S50	Pflichttraining
11:10-11:25	Klassik	Pflichttraining
11:45-12:15	S35	1. Lauf 15min+2Rd
12:20-12:50	S50	1. Lauf 15min+2Rd
13:30-14:15	Freestyle	
14:20-14:50	Klassik	1. Lauf 15min+2Rd
14:55-15:25	S35	2. Lauf 15min+2Rd

15:30-16:15	Freestyle	
16:20-16:50	S50	2. Lauf 15min+2Rd
16:55-17:25	Klassik	2. Lauf 15min+2Rd
18:30-18:45	Freestyle	
18:15	Siegerehrung MX	

Samstag		
09:00-09:10	50ccm	Freies Training
09:20-09:35	65ccm	Freies Training
09:40-09:55	Quad	Freies Training
10:00-10:15	MX2	Freies Training
10:30-10:40	50ccm	Pflichttraining
10:50-11:05	65ccm	Pflichttraining
11:10-11:25	Quad	Pflichttraining
11:30-11:45	MX2	Pflichttraining
12:00-12:20	50ccm	1. Lauf 8min+1Rd
12:30-12:55	65ccm	1. Lauf 10min+1Rd
13:30-14:15	Freestyle	
14:20-14:50	Quad	1. Lauf 15min+2Rd
14:55-15:25	MX2	1. Lauf 20min+2Rd
15:40-16:00	50ccm	2. Lauf 8min+1Rd
16:05-16:50	Freestyle	
16:55-17:20	65ccm	2. Lauf 10min+1Rd
17:25-17:45	Quad	2. Lauf 15min+2Rd
17:50-18:20	MX2	2. Lauf 20min+2Rd
18:30-18:45	Freestyle	
19:00	Siegerehrung MX	

Sonntag		
09:00-09:15	85ccm	Freies Training
09:20-09:35	MX1	Freies Training
09:40-10:00	Ladies Cup	Freies Training
		und Startraining
10:15-10:30	85ccm	Pflichttraining
10:35-10:50	MX1	Pflichttraining
10:55-11:15	Ladies Cup	Pflichttraining
11:30-11:55	85ccm	1. Lauf 15min+2Rd
12:00-12:30	MX1	1. Lauf 20min+2Rd
12:35-13:20	Freestyle	
13:25-13:55	Ladies Cup	1. Lauf 20min+2Rd
14:00-14:30	85ccm	2. Lauf 15min+2Rd

14:35-15:10	Freestyle	
15:15-15:45	MX1	2. Lauf 20min+2Rd
15:50-16:20	Ladies Cup	2. Lauf 20min+2Rd
16:25-17:00	Freestyle	
17:15	Siegerehrung MX	