

1 0 2 學 年 度 全 國 花 式 滑 冰 錦 標 賽
練 習 表

8 月 13 日 星 期 二	
10:00~11:00	基礎級練習
11:00~11:45	花式一級練習
11:45~12:30	花式二級練習
12:30:~13:15	花式三級、四及國小組練習
13:15~13:35	冰面整理
13:35~14:20	ISU 公開組青少年男子、女子組練習
14:20~15:00	ISU 公開組青年男子、女子組練習
15:00~1540	ISU 公開組成年男子、女子組練習
15:40~16:00	冰面整理
10:00~11:00	基礎級練習
11:00~12:00	花式一級練習
12:00~13:00	花式二級練習
13:00~14:00	花式三級、四及國小組練習
14:00~14:20	冰面整理

1 0 2 學 年 度 全 國 花 式 滑 冰 錦 標 賽
練習表

8 月 14 日 星期三	
8:00~8:40	國中、高中、大專組花式四級練習
8:40~9:20	花式五級第一組選手練習
9:20~10:00	花式五級第二組選手練習
10:00~10:40	ISU 公開組低齡男女第一組練習
10:40~11:20	ISU 公開組低齡男女第二組練習
11:20~11:40	冰面整理
11:40~12:20	ISU 公開組大齡女子組練習
12:20~13:00	ISU 公開組少年男子、女子組練習
13:00~13:40	ISU 公開組青年男子、女子組練習
13:40~14:20	ISU 公開組成年男子、女子組練習
14:20~14:40	冰面整理
8:00~8:40	國中、高中、大專組花式四級練習
8:40~9:20	花式五級第一組選手練習
9:20~10:00	花式五級第二組選手練習
10:00~10:40	ISU 公開組低齡男女第一組練習
10:40~11:20	ISU 公開組低齡男女第二組練習