

## **Preliminärt schema – Nationell testhelg**

### Fredag 9/12

14:00 – 14:30	Fri uppvärmning inför rörlighetstest (2010-2013)
14:00 – 14:15	Genomgång för testledare (rörlighet)
14:30 – 16:30	Rörlighetstest (2010-2013)
16:30 – 17:00	Fri uppvärmning inför rörlighetstest (2005-2009)
17:00 – 18:30	Rörlighetstest (2005-2009)

### Lördag 10/12

09:00 – 10:00	Fri uppvärmning inför tekniktest (2010-2013)
10:00 – 13:30	Tekniktest (2010-2013)
12:30 – 14:30	Lunch Sofielundshallen
14:00 – 15:00	Fri uppvärmning inför tekniktestet (2005-2009)
15:00 – 18:00	Tekniktest (2005-2009)

### Söndag 11/12

08:00 – 08:30	Fri uppvärmning inför styrketest (2010-2013)
08:30 – 10:30	Styrketest (2010-2013)
10:30 – 11:00	Fri uppvärmning inför styrketest (2005-2009)
11:30 – 13:30	Styrketest (2005-2009)
12:30 – 13:30	Lunch
14:30 – 15:00	Resultat & prisutdelning