

Tid	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
07:45 – 08:35	Holdmøde	Turnus 1: Forankringer til løft og flyt, skæring og vinkeltræk	IDR Kredsløbstræning 4+2 X5	Turnus 1: Tunnel og skaktdrivning	Frigørelse, tung / avanceret -praktik
08:40 – 09:30	IDR LEK 10 makkertræning		Turnus 1: Lysopsætning (evt som forskudt tjeneste)		
09:45 – 10:35	IDR Lek 7 distanceløb, bakker				
10:40 – 11:30	Intro søg				
12:10 – 13:00	Brug af søgeustyr	Turnus 2: Linstyr og slidskning	Turnus 2: praktisk brug af søgeustyr	Turnus 2: Redning i løst oplag	Kvarterholdstjeneste
13:05 – 13:55					
14:10 – 15:00	Samarbejde med redningshunde				
15:05 – 15:55					

**Stedkoder:**

**S:** Stregen  
**G:** Garagepladsen  
**Ø:** Øvelsespladsen

**U1:** U1  
**U2:** U2  
**U3:** U3

**F:** Gymnastiksalen

**ENO:** Efter nærmere ordre

**Uniformskoder:**

**13:** M/13  
**13+:** M/13 + jakke, hjelm, handsker

**95G:** Indsatsdragt m/Gallethjelm  
**95D:** Indsatsdragt m/Duserhjelm  
**95G/D+M:** Indsatsdragt m/hjelm+MSA maske  
**RDYK:** Røgdykkerpåkledning

**F/U:** Idrætstøj, udendørs  
**F/1:** Idrætstøj, indendørs

**K:** Kedeldragt

**ENO:** Efter nærmere ordre

**Øvrige bemærkninger:**