PROGRAM TRACKER

MONTH

LEVEL STAR 2

ELEMENT

DAY	BUSp - BWD UPRIGHT SPIN	1F - FLIP	Wz + 1T - WALTZ + TOE LOOP	1T - TOE LOOP	SpSq - SPIRAL SEQUENCE	1Lo - LOOP	1S - SALCHOW	SSp - SIT SPIN	SKATING SKILLS
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○

ELEMENT

DAY	BUSp - BWD UPRIGHT SPIN	1F - FLIP	Wz + 1T - WALTZ + TOE LOOP	1T - TOE LOOP	SpSq - SPIRAL SEQUENCE	1Lo - LOOP	1S - SALCHOW	SSp - SIT SPIN	SKATING SKILLS
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○

PROGRAM TRACKER

MONTH

LEVEL STAR 2

ELEMENT

DAY	BUSp - BWD UPRIGHT SPIN	1F - FLIP	Wz + 1T - WALTZ + TOE LOOP	1T - TOE LOOP	SpSq - SPIRAL SEQUENCE	1Lo - LOOP	1S - SALCHOW	SSp - SIT SPIN	SKATING SKILLS
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○

ELEMENT

DAY	BUSp - BWD UPRIGHT SPIN	1F - FLIP	Wz + 1T - WALTZ + TOE LOOP	1T - TOE LOOP	SpSq - SPIRAL SEQUENCE	1Lo - LOOP	1S - SALCHOW	SSp - SIT SPIN	SKATING SKILLS
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○	○	○