

t

**PROGRAM MINUTOWY**  
**Mistrzostwa Polski Juniorów do lat 18 w Wyciskaniu Leżąc**  
**Strzegom, 2010.10.15-16**

**Piątek – 2010.10.15**

**20.00** - Odprawa techniczna w miejscu startu, hala sportowa w hali sportowej OSiR w Strzegomiu.

**Sobota – 2010.01.16**

**8.00 – 9.30** – waga wszystkich zawodniczek

**10.00** – start I grupy kategoria wagowa ( 44 – 60 kg )

– start II grupy kategoria wagowa ( 67,5 do + 90 kg )

**10.30 – 12.00** – waga zawodników kategoria wagowa ( 52 – 67,5 kg )

**12.00** – Oficjalne otwarcie zawodów oraz dekoracja zawodniczek

**12.30** – start I grupy kategoria wagowa ( 52 – 60 kg )

– start II grupy kategoria wagowa 67,5 kg

**14.00 – 15.00** – Przerwa obiadowa

**13.00 – 14.30** – waga zawodników kategoria wagowa ( 75 do + 125 kg )

**15.00** – start I grupy kategoria wagowa ( 75 kg )

– start II grupy kategoria wagowa ( 82,5 kg )

– start III grupy kategoria wagowa ( 90 kg do + 125 )

**17.00 – 17.30** – Planowane zakończenie zawodów.