

PROGRAM MINUTOWY

Ogólnopolskie Mistrzostwa Warszawy w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym oraz Wyciskaniu Leżąc

Warszawa, 10 lutego 2018

*Eliminacje do Mistrzostw Świata Seniorek, Seniorów, Juniorek i Juniorów do lat 18 i 23
oraz Weteranek i Weteranów w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym i Wyciskaniu Leżąc*

Sobota, 10 lutego

- 10:00 – 11:30 Ważenie wszystkich zawodniczek.
- 11:50 Otwarcie zawodów.
- 12:00 Start grupy nr I - kategorie startowe 52, 57 i 63 w WLK; grupa II - kategorie startowe 47, 63+, 84 i 84+ w WLK; grupa III - wszystkie zawodniczki w WL.
- 12:00 – 13:30 Ważenie zawodników z kategorii startowych 53, 59, 66, 74 i 83.
- 14:00 Start grupy nr IV - kategoria startowa 53, 59 i 66 w WLK; grupa V - kat. 74 w WLK; grupa VI - kat. 83 w WLK i kategorie 59 i 66 w WL; grupa VII - kat. 74 w WL.
- 14:30 – 16:00 Ważenie zawodników z kat. start. 93, 105, 120 i 120+.
- 16:30 Start grupy VIII - kat. 93, 105, 120 i 120+ w WLK; po zakończeniu będzie 30-minutowa przerwa na rozgrzewkę do WL; grupa IX - kat. 83, 93, 105, 120 i 120+ w WL.
- 18:30 Planowane zakończenie startów.
- 19:00 Planowane zakończenie zawodów.

Skład imienny grup zostanie podany po otrzymaniu zgłoszeń końcowych.

Rozplanowanie grup może się zmienić po ważeniu.

*Startujący proszeni są o sprawdzenie wysokości stojaków **przed startami**.*

Ceremonia wręczenia medali odbędzie się po zakończeniu startów grup ważeńiowych.