



## PROGRAM MINUTOWY

### Mistrzostwa Polski w Wyciskaniu Leżąc

Skierniewice, 06 września 2020

#### Niedziela, 06 września

15:00 Otwarcie zawodów.

#### Pomost 1

13:15 – 14:45 Ważenie wszystkich zawodniczek.

Ważenie seniorów i weteranów z kat. 83, 93, 105, 120 i +120.

15:15 Start - gr.1 – wszystkie młodziczki i juniorki młodsze;  
gr.2 – pozostałe kategorie wiekowe kobiet z kat. 52, 57, 63, 72, 84 i +84;  
seniorzy i weterani: gr. 3 – kat. 83 i 93; gr. 4 – kat. 105, 120 i +120.

#### Pomost 2

13:45 – 15:15 Ważenie wszystkich młodzików, juniorów młodszych, juniorów i młodzieżowców.

Ważenie seniorów i weteranów z kat. 59, 66 i 74.

15:45 Start - gr.5 – wszyscy młodzicy i juniorzy młodzi; gr.6 – wszyscy juniorzy i młodzieżowcy;  
gr. 7 – seniorzy i weterani z kat. 59, 66 i 74.

17:40 Planowane zakończenie startów.

18:30 Planowane zakończenie zawodów.

*Program minutowy może ulec zmianie.*

***Proszę sprawdzić przynależność do grupy startowej przed przyjazdem na zawody.***

*Rozplanowanie grup może się zmienić po zważeniu startujących.*

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

*Bezpośrednio po zakończeniu danej sesji startów nastąpi dekoracja. Wejście na podium w stroju sportowym.*

***W przypadku niestawienia się do ceremonii wręczania medali nastąpi natychmiastowa dyskwalifikacja.***