



PROGRAM MINUTOWY

Drużynowe Mieszane Mistrzostwa Polski w Wyciskaniu Leżąc i Wyciskaniu Leżąc Klasycznym

Puławy, 18 grudnia 2021

Sobota, 18 grudnia

16:30 – 18:00 Ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników.

18:30 Start w wyciskaniu leżąc klasycznym.

Po 20 minutach przerwy od zakończenia WLK – start w wyciskaniu leżąc.

19:30 Planowane zakończenie startów.

20:00 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 w przerwach od startu na pomostach.

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.

Uczestnicy proszeni są o noszenie maseczek na twarzy, utrzymanie dystansu 1,5 m, dezynfekowanie rąk.

W przypadku wystąpienia przed zawodami objawów infekcji prosimy o pozostanie w domu.