



PROGRAM MINUTOWY

Mistrzostwa Polski w Wyciskaniu Leżąc

Raszyn, 14 maja 2022

Sobota, 14 maja

09:00 – 10:30 Ważenie wszystkich zawodniczek oraz zawodników z kat. 59, 66 i 74.

10:50 Uroczyste otwarcie zawodów

11:00 Start – kobiety: gr. 1 – kat. 43, 47, 52 i 57;
gr. 2 – kat. 63, 69, 76, 84 i +84;
– mężczyźni: gr. 3 – kat. 59 i 66;
gr. 4 – kat. 74.

12:00 – 13:30 Ważenie zawodników z kat. 83, 93, 105, 120 i +120.

14:00 Start – mężczyźni: gr. 5 – kat. 83;
gr. 6 – kat. 93;
gr. 7 – kat. 105;
gr. 8 – kat. 120 i +120.

16:40 Planowane zakończenie startów.

17:30 Planowane zakończenie pierwszego dnia zawodów.

W przypadku opóźnień podczas trwania zawodów, start grupy następnej może zostać opóźniony.

Proszę sprawdzić przynależność do grupy startowej p r z e d przyjazdem na zawody.

Rozplanowanie grup może się zmienić po ważeniu startujących.

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

Dekoracja nastąpi po zakończeniu danej sesji startów. Wejście na podium w stroju sportowym i w maseczce zakrywającej usta i nos.

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

Podczas przebywania w hali należy przestrzegać aktualnych przepisów epidemicznych.



PROGRAM MINUTOWY

Mistrzostwa Polski w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym

Warszawa, 5-6 marca 2022

Niedziela, 06 marca

08:00 – 09:30 Ważenie wszystkich młodzieżowców (J23).

10:00 Start – młodzieżowcy: gr. 11 – kat. 59, 66, 74, 83;
gr. 12 – kat. 93, 105, 120 i +120.

10:00 – 11:30 Ważenie juniorów (J20) z kat. od 59 do 105, seniorów i weteranów z kat. 59 i 66.

12:00 Start – mężczyźni: gr. 13 – kat. 59 i 66;
gr. 14 – juniorzy z kat. 74, 83, 93 i 105.

12:00 – 13:30 Ważenie seniorów i weteranów z kat. 74, 83 i 93.

14:00 Start – mężczyźni: gr. 15 – kat. 74;
gr. 16 – kat. 83;
gr. 17 – kat. 93.

14:15 – 15:45 Ważenie juniorów (J20) z kat. 120 i +120, seniorów i weteranów z kat. 105, 120 i +120.

16:15 Start – mężczyźni: gr. 18 – kat. 105;
gr. 19 – kat. 120 i +120.

18:00 Planowane zakończenie startów.

18:30 Planowane zakończenie zawodów.

W przypadku opóźnień podczas trwania zawodów, start grupy następnej może zostać opóźniony.

Proszę sprawdzić przynależność do grupy startowej p r z e d przyjazdem na zawody.

Rozplanowanie grup może się zmienić po zważeniu startujących.

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

Dekoracja nastąpi po zakończeniu danej sesji startów. Wejście na podium w stroju sportowym i w maseczce zakrywającej usta i nos.

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

Podczas przebywania w hali należy przestrzegać aktualnych przepisów epidemicznych.