



## PROGRAM MINUTOWY

# Mistrzostwa Polski w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym

Jasieniec, 25-26 luty 2023

Sobota, 25 lutego

**07:00 – 08:30** Ważenie wszystkich junierek do lat 16 i 20; junierek do lat 18 z kategorii 52, 57,63, 84, +84; senierek i weteranek z kat. 47 i 52.

09:00 Start – Kobiety: gr. 1 – wszystkie juniorki 16; seniorki i weteranki kat. 47 i 52;  
gr. 2 – wszystkie juniorki 20,  
juniorki do lat 18 z kat. 52, 57,63, 84, +84.

**08:30 – 10:00** Ważenie: juniorka do lat 18 z kat. 76; wszystkie juniorki do lat 23; seniorki i weteranki z kat. 57, 63, 69, 76, 84 i +84.

10:30 Start – Kobiety: gr. 3 – juniorki 23 z kat. 63 i 69;  
seniorki i weteranki kat. 57, 63 i 69;  
gr. 4 – juniorka 18 z kat. 76; juniorki 23 z kat. 76 i 84;  
seniorki i weteranki kat. 76, 84 i +84.

**12:00** Uroczyste otwarcie zawodów i wręczenie medali zawodniczkom.

**11:00 – 12:30** Ważenie wszystkich juniorów do lat 16.

13:00 Start – juniorzy 16: gr. 5 – kat. 53 i 59;  
gr. 6 – kat. 66 i 74;  
gr. 7 – kat. 83, 93, 105, 120 i +120.

**12:30 – 14:00** Ważenie wszystkich juniorów do lat 18.

14:30 Start – juniorzy 18: gr. 8 – kat. 59, 66 i 74;  
gr. 9 – kat. 83, 93, 105, 120 i +120.

**14:00 – 15:30** Ważenie wszystkich juniorów do lat 20 i 23.

16:00 Start – juniorzy 20: gr. 10 – kat. 59, 66, 74 i 83;  
gr. 11 – kat. 93, 105, 120 i +120.  
– juniorzy 23: gr. 12 – kat. 66, 74 i 83;  
gr. 13 – kat. 93, 105, 120 i +120.

**16:15 – 17:45** Ważenie wszystkich weteranów II, III i IV grupy; seniorów i weteranów I gr. z kat. 59, 66 i 74.

18:15 Start – weterani II, III, IV: gr. 14 – wszyscy weterani III i IV grupy;  
gr. 15 – wszyscy weterani II grupy.  
– seniorzy, weterani I: gr. 16 – kat. 59, 66 i 74.

**17:45 – 19:15 Ważenie seniorów i weteranów I gr. z kat. 83, 93, 105, 120 i +120.**

19:45 Start – seniorzy, weterani I: gr. 17 – kat. 83 i 93;  
gr. 18 – kat. 105, 120 i +120.

**21:15 Planowane zakończenie startów.**

**21:45 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.***