



## PROGRAM MINUTOWY

# Puchar Polski w Wyciskaniu Leżąc

Jasieniec, 26 luty 2023

Niedziela, 26 lutego

**09:00 – 10:30** Ważenie wszystkich kobiet, wszystkich juniorów do lat 16 i 18;  
juniorzy do lat 20 kat. 83, do lat 23 kat. 74; seniorzy kat. 66 i 74.

10:45 Uroczyste otwarcie zawodów i wręczenie medali zawodniczkom.

11:00 Start – Kobiety: gr. 1 – wszystkie zawodniczki;  
– Mężczyźni: gr. 2 – juniorzy 16 i 18; juniorzy 20 kat. 83, juniorzy 23 kat. 74;  
seniorzy kat. 66 i 74.

**11:00 – 12:30** Ważenie: junior do lat 20 kat. +83, do lat 23 kat. 93 i +93;  
seniorzy kat. 83, 93, 105, 120 i +120; wszyscy weterani.

13:00 Start – Mężczyźni: gr. 3 – juniorzy 23 kat. 93; seniorzy kat. 83 i 93;  
weterani I kat. 83 i startujący w 93 seniorów;  
wszyscy weterani II;  
gr. 4 – junior 20 kat. +83; juniorzy 23 kat. +93;  
seniorzy kat. 105, 120 i +120; weterani I kat. +83.

**14:30** Planowane zakończenie startów.

**15:00** 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.***