



## PROGRAM MINUTOWY

# Mistrzostwa Polski w Trójboju Siłowym,

**Puławy, 15-17 grudnia 2023**

### **Piątek, 15 grudnia**

- 15:45 – 17:15 Ważenie juniorów do lat 16.
- 17:35 Uroczyste otwarcie zawodów
- 17:45 Start: gr. 1 – juniorzy 16 - kat. 53, 59, 66, 74 (12 os.);  
gr. 2 – juniorzy 16 - kat. 83, 93, 105, 120 i +120 (10 os.).  
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
- 21:15 **Planowane zakończenie startów.**
- 21:45 **Planowane zakończenie pierwszego dnia zawodów.**

### **Sobota, 16 grudnia**

- 07:00 – 08:30 Ważenie zawodniczek z kategorii 43, 47, 52, 57 i 63.
- 09:00 Start: gr. 3 – zawodniczki kat. 43, 47, 52, 57 (13 os.);  
gr. 4 – zawodniczki kat. 63 (9 os.).  
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
- 11:15 – 12:45 Ważenie zawodniczek z kategorii 69, 76, 84 i +84.
- 13:15 Start: gr. 5 – zawodniczki kat. 69 i 76 (11 os.);  
gr. 6 – zawodniczki kat. 84 i +84 (8 os.).  
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
- 15:00 – 16:30 Ważenie juniorów do lat 18 i 20.
- 17:00 Start: gr. 7 – wszyscy juniorzy 18 (10 os.);  
gr. 8 – wszyscy juniorzy 20 (11 os.).  
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
- 20:30 **Planowane zakończenie startów.**
- 21:00 **Planowane zakończenie drugiego dnia zawodów.**

## Niedziela, 17 grudnia

07:00 – 08:30 Ważenie juniorów do lat 23, seniorów i weteranów z kategorii 66, 74, 83 i 93.

09:00 Start: gr. 9 – zawodnicy z kat. 66, 74 i 83 (14 os.);  
gr. 10 – zawodnicy z kat. 93 (9 os.).  
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.

11:30 – 13:00 Ważenie juniorów do lat 23, seniorów i weteranów z kategorii 105, 120 i +120.

13:30 Start: gr. 11 – zawodnicy z kat. 105 (11 os.);  
gr. 12 – zawodnicy z kat. 120 i +120 (11 os.).  
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.

**17:00 Planowane zakończenie startów.**

**17:30 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 ważeniu startujących.*

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

*Dekoracja nastąpi po zakończeniu danej sesji startów. Wejście na podium w stroju.*

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