



## PROGRAM MINUTOWY

# Grand Prix Mazowsza w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym i Wyciskaniu Leżąc

Warszawa, 02 marca 2024



### Sobota, 02 marca

12:00 – 13:30 Ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników WLK.

13:45 Otwarcie zawodów.

14:00 **Start w wyciskaniu leżąc klasycznym**

gr. 1 – wszystkie zawodniczki (13 os.),

gr. 2 – juniorzy do lat 18 (12 os.),

gr. 3 – juniorzy do lat 23 (10 os.),

gr. 4 – seniorzy i weterani 1 (8 os.),

gr. 5 – weterani 2 (7 os.).

16:45 Dekoracja w wyciskaniu leżąc klasycznym.

15.30-17.00 Ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników WL.

17:30 **Start w wyciskaniu leżąc**

gr. 6 – wszystkie zawodniczki (8 os.),

15 minut przerwy

gr. 7 – wszyscy juniorzy (9 os.),

15 minut przerwy

gr. 8 – seniorzy i weterani (9 os.).

19:30 Dekoracja w wyciskaniu leżąc.

20:00 Planowane zakończenie zawodów.

**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.*

