

PROGRAM MINUTOWY
Mistrzostwa Polski Juniorek i Juniorów do lat 18
w Wyciskaniu Leżąc
Strzegom, 2010.10.15-16

Piątek – 2010.10.15

20⁰⁰ Odprawa techniczna w miejscu startu,
hala sportowa OSiR w Strzegomiu

Sobota – 2010.10.16

8⁰⁰ – 9³⁰ **waga** wszystkich zawodniczek
10⁰⁰ **start** I grupy: kobiet 44, 48, 52, 56 i 60; gr. II –kategorie 67,5, 75,
82,5, 90 i +90
10³⁰ – 12⁰⁰ **waga** kategorii 52, 56, 60 i 67,5 mężczyzn
12⁰⁰ otwarcie zawodów i dekoracja zawodniczek
12³⁰ start I grupy mężczyzn kategorii 52, 56 i 60, II gr. kat. 67,5
14⁰⁰ – 15⁰⁰ Przerwa obiadowa
13⁰⁰ – 14³⁰ **waga** kategorii 75, 82,5, 90, 100, 110, 125 i +125 mężczyzn
15⁰⁰ **start** I grupy mężczyzn – kategoria 75, II gr. kat. 82,5,
III gr. kategorie 90, 100, 110, 125 i +125
17⁰⁰ – 17³⁰ planowane zakończenie zawodów