

**PROGRAM MINUTOWY**  
**Puchar Polski Kobiet i Mężczyzn**  
**w Wyciskaniu Leżąc – Kielce, 2010.06.04-05**

**Piątek – 2010.06.04**

**20<sup>00</sup> – 20<sup>30</sup>** Odprawa techniczna w miejscu startu,  
hala sportowa KS „Tęcza-Społem” w Kielcach, ul.Zagnańska 110

**Sobota – 2010.06.05**

**8<sup>00</sup> – 9<sup>30</sup>** **waga** wszystkich kobiet  
**10<sup>00</sup>** start I grupy kobiet: kategorie 48, 52 i 56;  
gr. II – kategorie 60 i 67,5; gr. III – kategorie 75, 82,5, 90 i +90  
**10<sup>00</sup> – 11<sup>30</sup>** **waga** kategorii od 56 do 75 mężczyzn  
**12<sup>00</sup>** start I grupy mężczyzn 56-60 kg; II gr. 67,5; III gr. 75  
**14<sup>00</sup>** **otwarcie zawodów**  
**12<sup>30</sup> – 14<sup>00</sup>** **waga** kategorii 82,5 i 90 mężczyzn  
**14<sup>30</sup>** start I grupy mężczyzn: 82,5 A; II gr. 82,5 B; III gr. 90  
**14<sup>30</sup> – 16<sup>00</sup>** **waga** kategorii 100, 110, 125 i +125 mężczyzn  
**16<sup>30</sup>** start I grupy mężczyzn: 100 A; II gr. 100 B, III gr. 110;  
IV gr. 125 i +125  
**19<sup>30</sup>** planowane zakończenie startów  
**20<sup>00</sup>** planowane zakończenie zawodów