



PROGRAM MINUTOWY

Puchar Polski w Wyciskaniu Leżąc

Knurów, 24 listopada 2024

Niedziela, 23 listopada

12:00 – 13:30 Ważenie wszystkich zawodniczek.

13:30 Uroczyste otwarcie zawodów, występ Laboratorium Tańca.

14:00 Start – gr. 1 – wszystkie juniorki do lat 16, 18 i 20; seniorki kat. 63 (12os.);
gr. 2 – wszystkie juniorki do lat 23 i weteranki;
seniorki kat. 52, 57, 76, 84 i +84 (12 os.);

15:15 Występ Laboratorium Tańca.

13:45 – 15:15 Ważenie wszystkich zawodników.

15:45 Start – gr. 3 – wszyscy juniorzy do lat 16, 18, 23 (11 os.);
gr. 4 – wszyscy juniorzy do lat 20; seniorzy z kat. 93, 105 i +120 (13 os.);
gr. 5 – seniorzy z kat. 66, 74, 83, 120; wszyscy weterani (12 os.).

18:00 Planowane zakończenie startów.

18:30 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 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.