

Ogólnopolskie Igrzyska LZS
Mistrzostwa Zrzeszenia LZS U20 i U23
w podnoszeniu ciężarów
Spała, 26-28.08.2021 rok

Program zawodów:

Czwartek 26.08.2021

gr sędz

18:00	Konferencja techn.
--------------	---------------------------

waga Piątek 27.08.2021

07:00	09:00	start kat. 45 kg, 49 kg K	1
08:00	10:00	start kat. 55 kg i 59 kg K	2
09:30	11:30	start kat. 64 kg i 71 kg K	3
11:00	13:15	start kat. 76 kg i 81 kg K	1
12:30	14:45	start kat. 87 kg i +87 kg K	2
14:00	16:15	start kat. 81 kg i +81 kg K	3
	15:00	Otwarcie Igrzysk	
15:30	17:45	start kat. 55 kg i 61 kg M	1
17:00	19:15	start kat. 67 kg i 73 kg M	2
	21:00		

waga Sobota 28.08.2021

07:00	09:00	start kat. 81 kg M	3
08:30	10:30	start kat. 89 kg M	1
10:00	12:00	start kat. 96 kg i 102 kg M	2
11:45	13:45	start kat. 109 kg i +109 kg M	3