

# Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży



w podnoszeniu ciężarów  
Dębica 08-11.06.2023 r.



Program zawodów:

grupa gr sędz ilość zaw  
startowa

Środa 07.06.2023

		Weryfikacja zgłoszeń ONLINE
--	--	-----------------------------

Czwartek 08.06.2023

do	19:00	przyjazd ekip
	20:00	Konferencja Techniczna dla sędziów (Hotel Gold)

*waga start* Piątek 09.06.2023

07:00	09:00	start kat. 49 kg K	1	1	13
08:45	10:45	start kat. 55 kg K	2	2	11
10:15	12:15	start kat. 59 kg K	3	3	10
	13:45	otwarcie mistrzostw			
12:15	14:15	start kat. 64 kg K	4	1	16
14:30	16:30	start kat. 71 kg i 76 kg K	5	2	15
16:30	18:30	start kat. 81 kg i +81 kg K	6	3	13
	20:15				

*waga start* Sobota 10.06.2023

07:00	09:00	start kat. 61 kg i 81 kg gr. B M	7	2	11
08:30	10:30	start kat. 73 kg gr. B M	8	3	10
10:00	12:00	start kat. 55 kg M	9	1	8
11:15	13:15	start kat. 61 kg gr. A M	10	2	12
12:45	14:45	start kat. 67 kg M	11	3	12
14:15	16:15	start kat. 73 kg gr. A M	12	1	14
16:15	18:15	start kat. 81 kg gr. A M	13	2	10
	19:45				

*waga start* Niedziela 11.06.2023

07:00	09:00	start kat. 89 kg M	14	3	16
09:00	11:00	start kat. 96 kg M	15	1	9
10:15	12:15	start kat. 102 kg M	16	2	8
11:15	13:15	start kat. +102 kg M	17	3	12
	14:45	zakończenie mistrzostw			



Kobiety  
Mężczyźni  
Razem

78  
122  
200