

PROGRAM MINUTOWY



XIX Ogólnopolskie Integracyjne Zawody w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym

VIII Otwarte Integracyjne Mistrzostwa Śląska w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym

Bielsko-Biała, 25-26 marca 2022

Piątek, 25 marca

- 15:00 - 19:30 Przyjazd uczestników
19:45 Odprawa techniczna w miejscu zakwaterowania
20:00 Kolacja w miejscu zakwaterowania

Sobota, 26 marca

- 06:00 - 09:00 Ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników w miejscu zakwaterowania
12:00 – 15:00 Wydawanie obiadów w miejscu zakwaterowania

Starty

Sesja I - kobiety

- 09:15 1 gr. – juniorki do lat 16, 18 i 23 (10 os.).
10:00 Uroczyste otwarcie zawodów
2 gr. – seniorki kategorii do 63 (9 os.).
3 gr. – seniorki kategorii 76 i 76+, weteranki (10 os.).

Sesja II - juniorzy

- 12:00 4 gr. – juniorzy do lat 16 i 18 - kategoria do 74 (9 os.).
5 gr. – juniorzy do lat 20 i 23 - kategoria do 74 (11 os.).
6 gr. – juniorzy do lat 16, 18 i 23 - kategoria powyżej 74 (10 os.).
7 gr. – juniorzy do lat 20 - kategoria powyżej 74 (8 os.).

Sesja III - seniorzy

- 14:30 8 gr. – OIZ kat. 59 i 65, OIMŚI kat. 59 i 66 (7 os.).
9 gr. – OIZ kat. 72, OIMŚI kat. 59, 66 i 74 (8 os.).
10 gr. – OIZ kat. 80 i 88, OIMŚI kat. 83 (10 os.).
11 gr. – OIZ kat. 93, OIMŚI kat. 93 (8 os.).
12 gr. – OIZ kat. 97, 107, OIMŚI kat. 105 (9 os.).
13 gr. – OIZ kat. +107, OIMŚI kat. 120 i +120 (11 os.).
18:00 Zakończenie startów i dekoracja

Program minutowy i rozplanowanie grup może się zmienić po ważeniu startujących.

*Startujący proszeni są o sprawdzenie wysokości stojaków **przed rozpoczęciem startów.***

Bezpośrednio po zakończeniu danej sesji startów nastąpi dekoracja. Wejście na podium w stroju sportowym.

W przypadku niestawienia się do ceremonii wręczania medali nastąpi natychmiastowa dyskwalifikacja.

Po zakończeniu danej sesji dekoracją zawodnicy i trenerzy niezwłocznie opuszczają halę.

Podczas przebywania w hotelu i sali startów należy przestrzegać aktualnych przepisów epidemicznych.