

SLOVENSKÝ POHÁR V SILOVOM TROJBOJI A V TLAKU NA LAVIČKE RAW

20.5. 2017 Žilina

Časový rozpis doobedňajšia časť

07:00 – 08:30	Prezentácia a váženie JUNIORI a MUŽI (všetci prihlásení pretekári v tlaku na lavičke a v silovom trojboji).
08:30 – 09:00	Porada rozhodcov a rozdelenie do skupín.
09:00 – 15:00	Priebeh súťaže.
Priebeh súťaže	Súťaž bude prebiehať bez prestávok. Drep- všetci pretekári JUNIORI a MUŽI . Prestavba pódia. Tlak na lavičke- všetci pretekári JUNIORI a MUŽI . Prestavba pódia. Mŕtvy ťah- všetci pretekári JUNIORI a MUŽI .

Časový rozpis poobedňajšia časť

13:00 – 14:30	Prezentácia a váženie ŽENY, DORASTENCI a MASTERS MUŽI (všetci prihlásení pretekári v tlaku na lavičke a v silovom trojboji).
14:30 – 15:00	Porada rozhodcov a rozdelenie do skupín.
15:00 – 20:00	Priebeh súťaže.
Priebeh súťaže	Súťaž bude prebiehať bez prestávok. Drep- všetci pretekári ŽENY, DORASTENCI a MASTERS Prestavba pódia. Tlak na lavičke- všetci pretekári ŽENY, DORASTENCI a MASTERS . Prestavba pódia. Mŕtvy ťah- všetci pretekári ŽENY, DORASTENCI a MASTERS
20:30	Slávnostné vyhodnotenie súťaže všetky kategórie.

Z dôvodu vysokého množstva súťažiacich na Slovenskom pohári RAW, sa usporiadatelia rozhodli obmedziť **vstup do rozcvičovne** pretekárom v čase, kedy sa nebudú pripravovať na súťaž a ani súťažiť. Toto opatrenie slúži k zachovaniu určitej úrovni rozcvičovne pre súťažiacich, ktorí sa v rozcvičovni budú rozcvičovať.

Ing. Dominik Olexa – riaditeľ súťaže