

**Розклад  
2021 RAW POWER PL BP DL SC RBP  
20.06.2021 г.**

## **Пауерліфтинг**

**09.00-12.30**

Жінки – всі категорії (6 учасників), чоловіки – всі категорії (18 учасників). Всього 23 учасників  
2 потоки:

- 1) Жінки – всі категорії, чоловіки – кат. 52-67,5 кг
- 2) Чоловіки – кат. 75-140+ кг

## **Жим лежачи**

**12.50-13.25**

Жінки – всі категорії (10 учасників)

**13.30-14.10**

Чоловіки - кат. 48 – 82.5 кг (14 учасників)

**14.15-15.15**

Чоловіки – кат. 90 – 125+ кг (20 учасників)

## **Станова тяга**

**15.25-16.25**

Жінки – всі категорії (10 учасників), чоловіки – всі категорії (10 учасників). Всього 20 учасників

## **Підйом на біцепс**

**16.40-17.20**

Жінки – всі категорії (12 учасників)

**17.25-18.00**

Чоловіки - кат. 48 – 67.5 кг (13 учасників)

**18.05-18.55**

Чоловіки – кат. 75 – 82,5 кг (16 учасників)

**19.00-19.40**

Чоловіки - кат. 90 – 125+ кг (14 учасників)

## **Багатоповторний жим**

**19.50-20.40**

всі категорії жінки, чоловіки в порядку збільшення ваги (15 учасників)

## Нагородження

13.30	Пауерліфтинг
16.30	Жим лежачи
17.30	Станова тяга
21.00	Підйом на біцепс, багатоповторний жим, командний залік

Зважуння учасників **19.06.2021 р.**

**12.00** м. Харків, пр. Науки, 56, спортивний клуб Raw Power Gym

**19.00** м. Харків, пр. Гагаріна, 181, спортивний клуб «Gym4Fit»