

VORLÄUFIGER ZEITPLAN

BENDING BARS 2022

Sa, 27.08.2022	So, 28.08.2022
<p>Gruppe 1</p> <p>Flight A: Men -75 Flight B: Men -85 Flight C: Men -85</p> <p>Gruppe 2</p> <p>Flight A: Women -60 Flight B: Women -70 Flight C: Women +70</p>	<p>Gruppe 3</p> <p>Flight A: Men -95 Flight B: Men -95</p> <p>Gruppe 4</p> <p>Flight A: Men -105 Flight B: Men +105</p>

Samstag, 27.08.2022
<p>10:00 - 11:30 Gruppe 1 SQUAT</p> <p>11:45 - 13:15 Gruppe 1 BENCH</p> <p>13:30 - 15:00 Gruppe 1 DEADLIFT</p> <p>15:15 - 16:45 Gruppe 2 SQUAT</p> <p>17:00 - 18:30 Gruppe 2 BENCH</p> <p>18:45 - 20:15 Gruppe 2 DEADLIFT</p> <p>20:45 - 21:15 Siegerehrung</p>

Waage			
Gruppe 1	Freitag	10:00	- 19:00
	Samstag	8:00	- 9:30
Gruppe 2	Freitag	15:15	- 19:00
	Samstag	8:00	- 14:45
Gruppe 3	Samstag	10:00	- 19:00
	Sonntag	8:00	- 9:30
Gruppe 4	Samstag	14:00	- 19:00
	Sonntag	8:00	- 13:30

Sonntag, 28.08.2022
<p>10:00 - 11:00 Gruppe 3 SQUAT</p> <p>11:15 - 12:15 Gruppe 3 BENCH</p> <p>12:30 - 13:30 Gruppe 3 DEADLIFT</p> <p>14:00 - 15:00 Gruppe 4 SQUAT</p> <p>15:15 - 16:15 Gruppe 4 BENCH</p> <p>16:30 - 17:30 Gruppe 4 DEADLIFT</p> <p>18:00 - 18:30 Siegerehrung</p>



Die Pause zwischen den Disziplinen beträgt etwa 15 Minuten. Die Startzeit der Kniebeuge ist fest. *
Der Start der anderen Disziplinen richtet sich nach dem Wettkampfablauf und kann daher vom hier genannten Zeitpunkt geringfügig abweichen.

*Bei unvorhersehbaren Vorkommnissen kann auch der Kniebeugestart nach hinten verschoben werden müssen.