

# ZEITPLAN

## BENDING BARS 2022

Sa, 27.08.2022	So, 28.08.2022
<p style="text-align: center;"><b>Gruppe 1</b></p> <p>Flight A: Men -75 Flight B: Men -85 Flight C: Men -85</p> <p style="text-align: center;"><b>Gruppe 2</b></p> <p>Flight A: Women -60 Flight B: Women -70 Flight C: Women +70</p>	<p style="text-align: center;"><b>Gruppe 3</b></p> <p>Flight A: Men -95 Flight B: Men -95</p> <p style="text-align: center;"><b>Gruppe 4</b></p> <p>Flight A: Men -105 Flight B: Men +105</p>

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

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	
10:00 - 11:00	Gruppe 3 SQUAT
11:15 - 12:15	Gruppe 3 BENCH
12:30 - 13:30	Gruppe 3 DEADLIFT
14:00 - 15:15	Gruppe 4 SQUAT
15:30 - 16:45	Gruppe 4 BENCH
17:00 - 18:15	Gruppe 4 DEADLIFT
18:45 - 19:15	Siegerehrung



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.

Vor Ort wird es einen Live-Zeitplan geben, an dem man sich für den Start des Flights orientieren kann.

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