

Voraussichtlicher Zeitplan

13. Deutschen Meisterschaft der GDFPF e. V. im Powerlifting Single Event 2022
30. April, Halle (Saale)

Samstag, 30. April

Frauen & Männer (alle Gewichtsklassen)	
08:00 - 09:30 Uhr	Registrierung / Abwaage / Equipment Check / Rack-Höhe aller Teilnehmer des Tages
10:00 Uhr bis ca. 11:50 Uhr	Kniebeugen
<i>15 min</i>	<i>Pause</i>
ca. 12:05 bis ca. 14:40 Uhr	Bankdrücken
<i>15 min</i>	<i>Pause</i>
ca. 14:55 Uhr bis 16:55 Uhr	Kreuzheben
<i>35 min</i>	<i>Pause</i>
ab ca. 17:30 Uhr	Siegerehrung aller Teilnehmer des Tages

Hinweis: Änderungen bzgl. des o. g. Zeitplans sind jeder Zeit und kurzfristig möglich, wenn dies aus organisatorischen Gründen notwendig sein sollte! Mit Verzögerungen im Wettkampfablauf ist immer zu rechnen.

Der genannte Zeitraum der Registrierung & Abwaage der Starterfelder des jeweiligen Tages von 8:00 bis 09:30 Uhr am Samstag sowie Sonntag ist für alle Sportler verbindlich!

Bitte erscheint pünktlich zur Registrierung. Wer sich nicht innerhalb der ersten Stunde der Abwaage (d.h. bis spätestens 09:00 Uhr) registriert hat, verliert seine Startberechtigung!

Bringt, um euch auszuweisen, zur Registrierung euren Personalausweis oder Führerschein mit!