

Zeitplan UPC Deutsche Meisterschaft 2017

Stand: 22.04.2017

Donnerstag - Bankdrücken/Kreuzheben EQ + Kniebeuge RAW & EQ

Gruppe	Beginn	Disziplin	Alters- & Gewichtsklasse	Anzahl
1	10:00 Uhr	Kniebeuge RAW & EQ	Open + Masters	15
2	11:00 Uhr	Bankdrücken	Masters & Open m+w	13
3	12:00 Uhr	Bankdrücken	Masters M 40-44, M 45-49, M 50-54 m+w	10
4	13:00 Uhr	Bankdrücken	Masters ab M 55-59 m+w	10
5	14:30 Uhr	Kreuzheben	Alle	11

Freitag - Bankdrücken/Kreuzheben RAW

Gruppe	Beginn	Disziplin	Alters- & Gewichtsklasse	Anzahl
1	09:00 Uhr	Bankdrücken	Open 60 kg - 90 kg (m+w)	14
2	10:00 Uhr	Bankdrücken	Open ab 100 kg (m)	11
3	10:45 Uhr	Bankdrücken	Masters M 40-44 (m+w)	11
4	11:30 Uhr	Bankdrücken	Masters M 45-49, M 55-59 (m+w)	13
5	12:30 Uhr	Bankdrücken	Masters M 50-54, M 60-64 (m+w)	12
6	13:15 Uhr	Bankdrücken	Masters ab M 65-69 (m+w)	14
7	14:30 Uhr	Kreuzheben	Open (m+w)	16
8	16:30 Uhr	Kreuzheben	Master M 40-44, M 45-49, M 50-54 (m+w)	12
9	17:15 Uhr	Kreuzheben	Masters ab M 55-59 (m+w)	12

Samstag - KDK RAW + Bankdrücken/Kreuzheben/Kniebeuge der Teenager/Junioren

Gruppe	Beginn	Disziplin	Alters- & Gewichtsklasse	Anzahl
1	09:00 Uhr	Bank RAW	Teenager	12
2	09:45 Uhr	Bank RAW/EQ	Junioren RAW, Teenager EQ	13
3	10:30 Uhr	Kreuzheben RAW	Teenager, Junioren	13
4	11:30 Uhr	KDK RAW + KB RAW	Teenager (KDK) + Teenager/Junioren (Kniebeugen) + Leif	7+5

5	nach Gruppe 4 Kniebeugen	KDK RAW	Masters M 40-44, M 45-49 (m+w)	14
6	Nach Gruppe 5 Kniebeugen	KDK RAW	Masters ab M 50-54 (m+w)	15
7	20 min nach Ende Gruppe 4-6	KDK RAW	Open 56 kg - 75 kg (m+w)	14
8	nach Gruppe 7 Kniebeugen	KDK RAW	Open 82,5 kg - 100kg (m+w)	14
9	nach Gruppe 8 Kniebeugen	KDK RAW	Open ab 110 kg (m+w)	18

Sonntag - KDK EQ + KDK RAW Junioren

Gruppe	Beginn	Disziplin	Alters- & Gewichtsklasse	Anzahl
1	10:00 Uhr	KDK EQ	Masters (m+w)	15
2	nach Gruppe 1 Kniebeugen	KDK RAW	Junioren (m+w)	16
3	nach Gruppe 1-2	KDK EQ	Teenager, Junioren, Open bis 90 kg (m+w)	10
4	nach Gruppe 3 Kniebeugen	KDK EQ	Open ab 90 kg (m+w)	13