**Взвешивание и выступление проходит по адресу:**

**Екатеринбург, улица Сулимова, дом 46, фитнес-клуб «ФИТ ЛАЙФ»**

**РЕГЛАМЕНТ ВЗВЕШИВАНИЙ:**

17 февраля, 17.00 – 20.00 (обязательное взвешивание)

18 февраля, 07.00 – 08.00

**РЕГЛАМЕНТ ВЫСТУПЛЕНИЙ:**

18 февраля

*1 ПОМОСТ:*

09.00 - 09.45 1 поток: приседание ЛЮБИТЕЛИ троеб. безэкип, жен.все + муж.кат.52-90кг (18)

09.50 - 10.45 2 поток: приседание ЛЮБИТЕЛИ троеб. безэкип, муж.кат.100-140+кг + ЛЮБИТЕЛИ троеб.софт.экип ВСЕ + ЛЮБИТЕЛИ троеб.односл., многосл.экип ВСЕ + ПРО троеб.ВСЕ (21)

10.50 - 11.35 1 поток: жим лёжа троеборский

11.40 - 12.35 2 поток: жим лёжа троеборский

12.40 - 13.50 1 поток: становая тяга (троеборская + одиночная)

13.50 - 14.45 2 поток: становая тяга (троеборская + одиночная)

14.50 - 15.25 3 поток: ЛЮБИТЕЛИ жим безэкип, жен.все + муж.кат.44-67,5кг (14)

15.30 - 16.15 4 поток: ЛЮБИТЕЛИ жим безэкип, муж.кат.75-82,5кг (19)

**16.20 – 16.40** **НАГРАЖДЕНИЕ 1-2 ПОТОКОВ (троеборье, присед, тяга ВСЕ)**

16.45 – 17.35 5 поток: ЛЮБИТЕЛИ жим безэкип, муж.кат.90-140+ кг (18)

17.40 – 18.10 6 поток: ЛЮБИТЕЛИ жим софт, односл.,многосл.экип ВСЕ (8)

18.15 – 19.15 7 поток: ПРО жим безэкип,софт,односл.,многосл. ВСЕ + Военный жим ВСЕ (22)

**19.15 – 19.45** **НАГРАЖДЕНИЕ 3-6 потоков (жим ЛЮБИТЕЛИ ВСЕ)**

19.50 – 20.30 8 поток: Русский жим ВСЕ

*2 ПОМОСТ:*

19.50 – 20.05 9 поток: Народный жим ВСЕ

20.10 – 20.40 10 поток: Пауэрспорт ВСЕ + Армлифтинг ВСЕ

**20.45 – 21.15 НАГРАЖДЕНИЕ 7-10 потоков, подведение итогов командного и тренерского первенства**