**Чемпионат Мира по силовым видам спорта**

**«ЗОЛОТОЙ ТИГР – XV»**

**День 2 26.09.2021**

**Помост 1**

**ЛЮБИТЕЛИ троеборье (БЕЗЭКИП) + ЛЮБИТЕЛИ одиночный присед/тяга (БЕЗЭКИП)**

1 поток 09.00 – 09.50 Присед, Жен.: ДЕВУШКИ, ЮНИОРКИ, ВЕТЕРАНЫ, все весовые

2 поток 09.55 – 10.55 Присед, Жен.: ОТКРЫТАЯ ГРУППА, все весовые

3 поток 11.00 – 11.50 Присед, Муж.: ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, все весовые

1 поток 11.55 – 12.45 Жим троеборский, Жен.: ДЕВУШКИ, ЮНИОРКИ, ВЕТЕРАНЫ, все весовые

2 поток 12.50 – 13.50 Жим троеборский, Жен.: ОТКРЫТАЯ ГРУППА, все весовые

3 поток 13.55 – 14.45 Жим троеборский, Муж.: ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, все весовые

1 поток 14.50 – 15.35 Тяга троеборская, Жен.: ДЕВУШКИ, ЮНИОРКИ, ВЕТЕРАНЫ, все весовые

2 поток 15.40 – 16.35 Тяга троеборская, Жен.: ОТКРЫТАЯ ГРУППА, все весовые

3 поток 16.40 – 17.25 Тяга троеборская, Муж.: ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, все весовые

4 поток 17.30 – 18.15 ОДИНОЧНАЯ ТЯГА, Жен.: ДЕВУШКИ, ЮНИОРКИ, ВЕТЕРАНЫ, все весовые

5 поток 18.20 – 19.05 ОДИНОЧНАЯ ТЯГА, Жен.: ОТКРЫТАЯ ГРУППА, все весовые

6 поток 19.10 – 19.55 ОДИНОЧНАЯ ТЯГА, Муж.: ОТКРЫТАЯ ГРУППА, в/к 44-82,5 кг

**Помост 2**

**ЛЮБИТЕЛИ троеборье (БЕЗЭКИП) + ЛЮБИТЕЛИ одиночный присед/тяга (БЕЗЭКИП)**

1 поток 09.00 – 10.00 Присед, Муж.: ВЕТЕРАНЫ, все весовые

2 поток 10.00 – 10.45 Присед, Муж.: ОТКРЫТАЯ группа, в/к 44-82,5 кг

3 поток 10.50 – 11.35 Присед, Муж.: ОТКРЫТАЯ группа, в/к 90-140+ кг

1 поток 11.40 – 12.40 Жим троеборский, Муж.: ВЕТЕРАНЫ, все весовые

2 поток 12.45 – 13.30 Жим троеборский, Муж.: ОТКРЫТАЯ группа, в/к 44-82,5 кг

3 поток 13.35 – 14.20 Жим троеборский, Муж.: ОТКРЫТАЯ группа, в/к 90-140+ кг

1 поток 14.25 – 15.20 Тяга троеборская, Муж.: ВЕТЕРАНЫ, все весовые

2 поток 15.25 – 16.05 Тяга троеборская, Муж.: ОТКРЫТАЯ группа, в/к 44-82,5 кг

3 поток 16.10 – 16.55 Тяга троеборская, Муж.: ОТКРЫТАЯ группа, в/к 90-140+ кг

4 поток 17.00 – 18.05 ОДИНОЧНАЯ ТЯГА, Муж.: ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, все

5 поток 18.10 – 18.55 ОДИНОЧНАЯ ТЯГА, Муж.: ВЕТЕРАНЫ, все весовые

6 поток 19.00 – 19.30 ОДИНОЧНАЯ ТЯГА, Муж.: ОТКРЫТАЯ ГРУППА, в/к 90-140+ кг

**Помост 3**

**Военный жим КЛАССИЧЕСКИЙ + ЛЮБ жим ЭКИП и СОФТ**

**Военный жим КЛАССИЧЕСКИЙ**

**ЛЮБИТЕЛИ**

1 поток 09.00 – 09.45 Военный жим: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, все весовые

2 поток 09.50 – 10.25 Военный жим: Муж., ВЕТЕРАНЫ (40-44) + (45-49) + (50-54), все весовые

3 поток 10.30 – 11.10 Военный жим: Муж., ВЕТЕРАНЫ (55 лет и старше), все весовые

4 поток 11.15 – 12.15 Военный жим: Муж., ОТКРЫТАЯ ГРУППА, все весовые

**ПРО**

5 поток 12.20 – 12.55 Военный жим: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, все весовые

6 поток 13.00 – 13.45 Военный жим: Муж., ВЕТЕРАНЫ, ОТКРЫТАЯ ГРУППА, все весовые

**ЛЮБИТЕЛИ жим ЭКИП + СОФТ**

7 поток 13.50 – 14.55 **ЛЮБ**, жим, **СОФТ 1 ПЕТЛЯ**: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, ВЕТЕРАНЫ

8 поток 15.00 – 15.50 **ЛЮБ**, жим, **СОФТ 1 ПЕТЛЯ**: Муж., ОТКРЫТАЯ ГРУППА

9 поток 15.55 – 16.45 **ЛЮБ**, жим, **СОФТ 2-3 ПЕТЛИ**: Жен., все + Муж., все

10 поток 16.50 – 17.35 **ЛЮБ**, жим, **ЭКИП-ОДНОСЛОЙ**: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ

 **ЛЮБ**, жим, **ЭКИП-МНОГОСЛОЙ**: все

11 поток 17.40 – 18.20 **ЛЮБ**, жим, **ЭКИП-ОДНОСЛОЙ**: Муж., ВЕТЕРАНЫ, ОТКРЫТАЯ ГРУППА

**Помост 4**

**ПРО Одиночная тяга (ЭКИП/БЕЗЭКИП) + ЛЮБ Одиночная тяга (ЭКИП) +**

**Народная тяга + Русская тяга + Парная тяга + Тяговое двоеборье +**

**ПРО жим (СОФТ 2-3 петли) + ПРО жим (ЭКИП) + Военный жим МНОГОПОВТОРНЫЙ**

1 поток 09.00 – 10.00 ПРО, Одиночная тяга, БЕЗЭКИП: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, ВЕТЕРАНЫ

2 поток 10.05 – 10.40 ПРО, Одиночная тяга, БЕЗЭКИП: Муж., ОТКРЫТАЯ ГРУППА

3 поток 10.45 – 11.20 ЛЮБ и ПРО, Одиночная тяга, ЭКИП + СОФТ: все

4-5 поток 11.25 – 11.55 ТЯГОВОЕ ДВОЕБОРЬЕ, Классика, все + ПАРНАЯ СТАНОВАЯ ТЯГА, все

6 поток 12.00 – 13.00 ЛЮБ, Русская становая тяга, все

4 поток 13.05 – 13.35 ТЯГОВОЕ ДВОЕБОРЬЕ, Сумо, все

7 поток 13.40 – 14.05 ПРО, Русская становая тяга, все

8 поток 14.10 – 14.20 Народная становая тяга, все

**Военный жим МНОГОПОВТОРНЫЙ**

9 поток 14.30 – 15.00 ЛЮБ, Военный жим многоповторный: все

10 поток 15.05 – 15.25 ПРО, Военный жим многоповторный: все

**ПРО жим (СОФТ 2-3 петли)**

11 поток 15.30 – 16.10 **ПРО**, жим, **СОФТ 2-3 ПЕТЛИ**: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, ВЕТЕРАНЫ

12 поток 16.15 – 17.05 **ПРО**, жим, **СОФТ 2-3 ПЕТЛИ**: Муж., ОТКРЫТАЯ ГРУППА

**ПРО жим (ЭКИП)**

12 поток 17.10 – 17.55 **ПРО**, жим, **ЭКИП-ОДНОСЛОЙ** + **ЭКИП-МНОГОСЛОЙ**: все

**Помост 5**

**Русский жим + Народный жим + ПРО жим (СОФТ 1 ПЕТЛЯ)**

1 поток 09.00 – 10.30 ЛЮБ, Народный жим, ½ соб.веса

2 поток 10.30 – 11.10 ЛЮБ, Народный жим, Соб. Вес

3 поток 11.10 – 11.25 ПРО, Народный жим, ½ соб.веса

4 поток 11.25 – 11.45 ПРО, Народный жим, Соб. Вес

5 поток 11.50 – 12.35 **ПРО**, жим, **СОФТ 1 петля**: Жен., все + Муж., ЮНОШИ, ЮНИОРЫ, ВЕТЕРАНЫ

6 поток 12.40 – 13.30 **ПРО**, жим, **СОФТ 1 петля**: Муж., ОТКРЫТАЯ ГРУППА

7 поток 13.35 – 13.55 ЛЮБ и ПРО, Русский жим: номинация 100 и 125 кг

8 поток 14.00 – 14.20 ЛЮБ и ПРО, Русский жим: номинация 75 кг

9 поток 14.25 – 14.50 ЛЮБ и ПРО, Русский жим: номинация 35 кг

10 поток 14.55 – 17.00 ЛЮБ и ПРО, Русский жим: номинация 55 кг