**Открытый Мастерский турнир «MASTERS 2021»**

**РАСПИСАНИЕ ВЗВЕШИВАНИЙ**

**20.03.2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **18:00 – 21:00** | *ВСЕ* |

**21.03.2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **9:00 – 10:00** | *ВСЕ* |

**РАСПИСАНИЕ ВЫСТУПЛЕНИЙ**

**21.03.2021**

**ЖИМ с ДК + ЖИМ в ЭКИПИРОВКЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10:30** | Женщины + Мужчины (юноши, юниоры) | 1 п. | 11 |
| **11:20** | Мужчины (ветераны) + Жим в экипе ВСЕ | 2 п. | 16 |
| **12:10** | Мужчины Открытая | 3 п. | 21 |

**НАГРАЖДЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **13:10** | ЖИМ с ДК + ЖИМ в экипе |

**ЖИМ без ДК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **13:40** | Женщины ВСЕ + Мужчины ВСЕ | 4 п. | 18 |

**СТАНОВАЯ ТЯГА с ДК + без ДК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **14:30** | Женщины ВСЕ + Мужчины (юноши, юниоры, ветераны) | 5 п. |  16 |
| **15:20** | Мужчины Открытая | 6 п. | 16 |

**МНОГОПОВТОРНЫЙ ЖИМ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **16:10** |  *Многоповторный жим ½ веса* ВСЕ + *Многоповторный жим 1 веса* ВСЕ |  7 п. | 8 |

**НАГРАЖДЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **16:40** | ЖИМ без ДК + СТАНОВАЯ ТЯГА + МНОГОПОВТОРНЫЙ ЖИМ |