# КРЕМЛЕВСКИЙ ЖИМ 2021 / GRAND PRIX WPF 2021

 **РАСПИСАНИЕ ВЗВЕШИВАНИЙ**

**24.04.2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **13-00 – 19-30** | *ВСЕ* |

**25.04.2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **8-30 – 19-00** | *ВСЕ* |

**РАСПИСАНИЕ ВЫСТУПЛЕНИЙ**

**25.04.2021**

**ПАУЭРЛИФТИНГ**

**1 ПОМОСТ**

|  |
| --- |
| **присед** |
| **9-30** | *ПЛ безэкипировочный* с ДК  | 1 п. | 20 ч. |
| **10-30** | *ПЛ классический* с ДК + *ПЛ безэкипировочный* без ДК + *ПЛ классический* без ДК + ПЛ экипировочный ВСЕ | 2 п. | 20 ч. |
| **жим** |
| **11-30** | *ПЛ безэкипировочный* с ДК  | 1 п. | 20 ч. |
| **12-30** | *ПЛ классический* с ДК + *ПЛ безэкипировочный* без ДК + *ПЛ классический* без ДК + ПЛ экипировочный ВСЕ | 2 п. | 20 ч. |
| **тяга** |
| **13-20** | *ПЛ безэкипировочный* с ДК  | 1 п. | 20 ч. |
| **14-10** | *ПЛ классический* с ДК + *ПЛ безэкипировочный* без ДК + *ПЛ классический* без ДК + ПЛ экипировочный ВСЕ  | 2 п.  | 20 ч. |

**ЖИМ**

**2 ПОМОСТ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **9-30** | *Жим с ДК без экипировки* женщины (48 – 67,6 кг) | 3 п. | 16 ч. |
| **10-20** | *Жим с ДК без экипировки* женщины (75 – 90+ кг) + мужчины (юноши)  | 4 п. | 18 ч. |
| **11-10** |  *Жим с ДК без экипировки* мужчины (юниоры) | 5 п. | 16 ч. |
| **12-00** |  *Жим с ДК без экипировки* мужчины ветераны (56 – 90 кг)  | 6 п.  | 20 ч.  |
| **12-50** | *Жим с ДК без экипировки* мужчины ветераны (100 – 110 кг) | 7 п. | 19 ч. |
| **13-40** | *Жим с ДК без экипировки* мужчины ветераны (125 – 140 +кг) + мужчины Открытая (56 – 82,5 кг) | 8 п. | 20 ч. |
| **14-30** | *Жим с ДК без экипировки* мужчины Открытая (90, 110 кг) | 9 п. | 14 ч. |
| **15-20** | *Жим с ДК без экипировки* мужчины Открытая (100, 125, 140, 140+ кг) | 10 п. | 17 ч. |
| **16-20** | *ЭЛИТА ЖИМ В ЭКИПЕРОВКЕ* | 11п. | 7 ч. |
| **17-10** | *Жим в экипировке* ВСЕ | 12 п. | 7 ч. |
| **17-50** | *Жим без ДК без экипировки* мужчины (юноши, юниоры, ветераны) | 13 п. | 18 ч. |
| **18-40** | *Жим без ДК без экипировки* мужчины Открытая  | 14 п. | 23 ч. |

**СТАНОВАЯ ТЯГА**

**1 ПОМОСТ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **15-00** | *Становая тяга с ДК без экипировки* женщины + мужчины (юноши, юниоры) | 15 п. | 17 ч. |
| **15-50**  | *Перерыв* |  |  |
| **17-10** | *Становая тяга с ДК без экипировки* мужчины (Ветераны + Открытая) | 16 п. | 20 ч. |
| **18-00** | *Становая тяга без ДК без экипировки* ВСЕ + *Становая тяга в экипировке* ВСЕ  | 17 п. | 12 ч. |

**МНОГОПОВТОРНЫЙ ЖИМ**

**1 ПОМОСТ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **18-50** |  *Многоповторный жим ½ веса* ВСЕ |  18 п. | 16 ч. |
| **19-30** | *Многоповторный жим 1 вес с ДК* ВСЕ |  18 п. | 31 ч. |
| **20-40** | *Окончание соревнований* |  |  |

**МНОГОПОВТОРНЫЙ ЖИМ**

**2 ПОМОСТ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **19-30** | *Многоповторный жим 1 вес без ДК* ВСЕ |  19 п. | 16 ч. |
| **20-40** | *Окончание соревнований* |  |  |

**РАСПИСАНИЕ НАГРАЖДЕНИЙ**

**25.04.2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **12-30** | *Жим с ДК без экипировки* женщины + мужчины (юноши, юниоры) |
| **14-50** | *Жим с ДК без экипировки* мужчины ветераны |
| **15-30** | *Пауэрлифтинг* ВСЕ |
| **17-20** | *Жим с ДК без экипировки* мужчины Открытая  |
| **17-30**  | *Становая тяга с ДК без экипировки* женщины + мужчины (юноши, юниоры) |
| **18-20** | *ЭЛИТА ЖИМ В ЭКИПЕРОВКЕ + Жим в экипировке* ВСЕ |
| **19-10** | *Становая тяга ВСЕ* |
|  **20-00** | *Жим без ДК без экипировки ВСЕ* |
|  **20-50** | *Многоповторный жим ВСЕ* |