



## SG Randersacker / Abteilung Gewichtheben

1. Abteilungsleiter Jonas Bausewein

sgr-abteilunggewichtheben@web.de

0176 6831508



# Zeitplan Unterfränkische Meisterschaft im Bankdrücken und im KDK Classic am 08.03.2020 in Randersacker

Waage für alle Teilnehmer von 10:30-12:00 Uhr

<i>Kniebeugen alle KDK Teilnehmer</i>	<i>12:30 Uhr</i>
<i>Bankdrücken Gruppe 1</i>	<i>13:00 Uhr</i>
<i>Bankdrücken Gruppe 2 + alle KDK Teilnehmer</i>	<i>13:45 Uhr</i>
<i>Bankdrücken Gruppe 3</i>	<i>14:45 Uhr</i>
<i>Kreuzheben alle KDK Teilnehmer</i>	<i>15:30 Uhr</i>

Siegerehrung für alle Teilnehmer gegen 16:30 Uhr

Gr.1=Newcomer, Jugend und Junioren männlich

Gr. 2= alle Senioren männlich

Gr. 3=Aktive Männer und alle Frauen

SG Randersacker – Abt. Gewichtheben

Jonas Bausewein, 1. Abt. Leiter