

Zeitplan zur NRW Landesmeisterschaft Bankdrücken

15.10.2022 in Köln

Samstag, 15.10.2022

Gruppe 1:	alle Frauen, AK III (m), Junioren	10 Starter
Gruppe 2:	alle männlichen AK I und AK II	9 Starter
Gruppe 3:	alle männlichen Aktiven (Raw & EQ)	14 Starter

11:00 - 12:30 Uhr Waage aller Gruppen

13:00 Uhr Beginn Gruppe 1

10 min. Pause

Im Anschluss Beginn Gruppe 2

10 min. Pause

Im Anschluss Beginn Gruppe 3

Ca. 15:30 Uhr Siegerehrung für alle Gruppen

Die Wettkampfstätte befindet sich in unserer Trainingsstätte in der Sömmeringerstr. 67 in 50823 Köln-Ehrenfeld (Kampfsportstudio).

Parkplätze finden sich in den umgebenden Nebenstraßen. Bitte plant etwas Zeit für die Parkplatzsuche ein.

Allen Teilnehmern viel Erfolg!