

# ZEITPLAN LM KDK Rheinland-Pfalz

**Samstag, 12.10.2019**

Waage: 11.00 Uhr bis 12.30 Uhr für alle Klassen

*Gruppe 1 alle Jugend, Junioren bis 105kg, Senioren I und II weiblich  
Gruppe 2 alle Aktiven (Frauen & Männer), Senioren II und IV männlich*

Beginn Kniebeuge Gr. 1 13.00 Uhr

Beginn Kniebeuge Gr. 2 ca. 13.30 Uhr

Beginn Bankdrücken Gr. 1 14.15 Uhr

Beginn Bankdrücken Gr. 2 ca. 14.45 Uhr

Beginn Kreuzheben Gr. 1 15.30 Uhr

Beginn Kreuzheben Gr. 2 ca. 16.00 Uhr

Siegehrung alle Klassen ca. 17.00 Uhr

Stand: 24.09.2019

Änderungen vorbehalten