Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego

PROGRAM MINUTOWY

Mistrzostwa Polski
w Trójboju Siłowym Klasycznym

Raszyn, 17-18 października 2026

Sobota, 17 października

07:00 – 08:30	Ważenie zawodniczek z kat. 47, 52, 57 i 63 (21 os.).	
08:45	Uroczyste otwarcie zawodów.	
09:00	Start:	gr. 1 – kobiety kat. 47, 52, 63 (12 os.); gr. 2 – kobiety kat. 57 (9 os.). Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
10:30 – 12:00	Ważenie zawodniczek z kat. 69, 76, 84 i +84 (22 os.).	
12:30	Start:	gr. 3 – kobiety kat. 69 i 76 (13 os.); gr. 4 – kobiety kat. 84 i +84 (9 os.). Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
14:15 – 15:45	Ważenie mężczyzn z kategorii 59, 66 i 83 (28 os.).	
16:15	Start:	gr. 5 – mężczyźni kat. 59, 66 i 83 B (14 os.); gr. 6 – mężczyźni kat. 83 A (14 os.). Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
20:15	**Planowane zakończenie startów.**	
20:45	**Planowane zakończenie pierwszego dnia zawodów.**	

W przypadku opóźnień podczas trwania zawodów, start grupy następnej może zostać opóźniony.
Proszę sprawdzić przynależność do grupy startowej p r z e d przyjazdem na zawody.
Rozplanowanie grup może się zmienić po zważeniu startujących.
*Startujący proszeni są o sprawdzenie wysokości stojaków **przed ważeniem**.*
Dekoracja nastąpi po zakończeniu danej sesji startów. Wejście na podium w stroju sportowym.
W przypadku niestawienia się do ceremonii wręczania medali nastąpi natychmiastowa dyskwalifikacja.

Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego

PROGRAM MINUTOWY

Mistrzostwa Polski
w Trójboju Siłowym Klasycznym

Raszyn, 17-18 października 2026

Niedziela, 18 października

07:00 – 08:30 Ważenie mężczyzn z kategorii 74 i 93 (28 os.).

09:00 Start: gr. 7 – mężczyźni kat. 74 i 93 B (14 os.);
gr. 8 – mężczyźni kat. 93 A (14 os.).
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.

11:30 – 13:00 Ważenie mężczyzn z kategorii 105 (17 os.).

13:30 Start: gr. 9 – mężczyźni kat. 105 B (8 os.);
gr. 10 – mężczyźni kat. 105 A (9 os.).
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.

14:30 – 16:00 Ważenie mężczyzn z kategorii 120 i +120 (14 os.).

16:30 Start: gr. 11 – mężczyźni z kat. 120 (7 os.);
gr. 12 – mężczyźni z kat. +120 (7 os.).
Pomiędzy bojami będą przerwy po 10 min.
Uwaga: w przypadku mniejszej ilości zważonych osób grupy mogą zostać połączone.
Przerwa po połączeniu grup wyniesie 20 min. pomiędzy bojami.

19:00 Planowane zakończenie startów.

19:45 Planowane zakończenie zawodów.

W przypadku opóźnień podczas trwania zawodów, start grupy następnej może zostać opóźniony.
Proszę sprawdzić przynależność do grupy startowej p r z e d przyjazdem na zawody.
Rozplanowanie grup może się zmienić po zważeniu startujących.
*Startujący proszeni są o sprawdzenie wysokości stojaków **przed ważeniem**.*
Dekoracja nastąpi po zakończeniu danej sesji startów. Wejście na podium w stroju sportowym.
W przypadku niestawienia się do ceremonii wręczania medali nastąpi natychmiastowa dyskwalifikacja.