

### 3. NAP (vasárnap)

1es színpad		
Csoport		9:00
<b>A</b>	Fekvenyomás	Női Raw Fekvenyomás 48től 67,5ig
<b>B</b>	Fekvenyomás	Női Raw Fekvenyomás 75-től +90-ig
<b>C</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 67,5ig + Mozg.korl
<b>D</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 75
<b>E</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 82,5
<b>F</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 90
<b>G</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 100 masters
14:00 után...		
<b>H</b>	Bicepsz	Női bicepsz összes
<b>I</b>	Bicepsz	Férfi bicepsz 75ig

2es színpad		
Csoport		9:00
<b>A</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 100 ifi, junior, open
<b>B</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 110
<b>C</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás 125
<b>D</b>	Fekvenyomás	Férfi Raw Fekvenyomás -140 és +140
<b>E</b>	Fekvenyomás	Férfi EQ Fekvenyomás 100ig + Női EQ Fekvenyomás
<b>F</b>	Fekvenyomás	Férfi EQ Fekvenyomás 110től +140ig
14:00 után...		
<b>G</b>	Bicepsz	Férfi bicepsz 82,5től 100ig
<b>H</b>	Bicepsz	Férfi bicepsz 110
<b>I</b>	Bicepsz	Férfi bicepsz 125től +140ig