

27 МАРТА 2024

Гиревой спорт

Спартакиада колледжа - 2 тур двоеборье

Соревнования проводятся в упражнениях толчок и рывок
с гирями весом 16 кг и 24 кг по выбору участника

Соревнования в личном первенстве проводятся по весовым
категориям: до 63 кг, до 68 кг, до 73 кг и св 73 кг.

Победитель определяется по сумме набранных очков:

16 кг — один толчок — 1 очко

24 кг — один толчок — 4 очка

16 кг — один рывок — 0,5 очка

24 кг — один рывок — 2 очка

В командном первенстве в зачет идут

5 лучших результатов от группы

За каждого недостающего участника начисляются

штрафные очки

Состав команды не ограничен!!!

Физоргам подать заявку в кабинет физвоспитания
за день до соревнований.

Взвешивание и разминка в 16:00 ч.

Начало соревнований в 16:30 ч.