

## Tidsskjema NM Benkpress utstyrsfritt 2018

01.12.2018 08:00			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
18 stk	Herrer 40-49 66-105 kg	Pulje 01	10:00	10:54
17 stk	Herrer 40-49 120-120+ kg / 50-59 74-93 kg	Pulje 02	10:54	11:45
01.12.2018 10:00			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
18 stk	Herrer 50-59 105-120+ kg / 60-69 66-83 kg	Pulje 03	12:00	12:54
13 stk	Herrer 60-69-93-120 kg / +70 alle	Pulje 04	12:54	13:33
01.12.2018 12:00			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
18 stk	Damer veteran alle	Pulje 05	14:00	14:54
15 stk	Herrer åpen 59-93 kg	Pulje 06	14:54	15:39
01.12.2018 14:00			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
16 stk	Herrer åpen 105 - 120+ kg	Pulje 07	16:00	16:48
15 stk	Damer åpen 52-72 kg	Pulje 08	16:48	17:33
01.12.2018 15:45			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
11 stk	Damer åpen 84-84+ kg	Pulje 09	17:45	18:18
02.12.2018 10:00			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
2 stk	IPC Para damer og herrer	Pulje 10	12:00	12:18
8 stk	Damer ungdom	Pulje 11	12:18	12:42
13 stk	Damer junior	Pulje 12	12:42	13:21
02.12.2018 12:00			Start	Slutt
<b>Benkpress</b>				
15 stk	Herrer ungdom / junior 66 kg	Pulje 13	14:00	14:45
19 stk	Herrer junior 74-120+ kg	Pulje 14	14:45	15:42