

**VISEGRAD FOUR CUP
IN WEIGHTLIFTING
RASZYN – POLAND
15 - 17 NOVEMBER 2019**



PROGRAM ZAWODÓW

15.11. 2019 (PIĄTEK)

- Godz. 14.00 - Przyjazd ekip.
- Godz. 15.00 – Seminarium Antydopingowe.
- Godz. 17.30 – Odprawa techniczna.
- Godz. 19.00 – Kolacja.

16.11.2019 (sobota)

- Godz. 9.00 – Waga zawodniczek i zawodników.
- Godz. 11.00 – Start grupy kobiet – juniorka + seniorki.
- Godz. 12.00 – Start grupy mężczyzn – junior + seniorzy.
- Godz. 13.00 – 13.30 – Zakończenie zawodów – wręczenie nagród.
- Ok. godz. 14.00 – Obiad.
- Godz. 18.00 – Kolacja.

17.11.2019 (niedziela)

- Godz. 8.00 – Śniadanie.
- Godz. 9.00 – Odjazd ekip.