



RM Benkpress

Lørdag 11. mai 2019

Region Østafjell inviterer til RM i Benkpress og RM i Benkpress Utstyrsfritt.

Stevnedato: Lørdag 11. mai

Stevnested: Hos Sande KK i Sandehallen.

Innveeing: kl 10.00 til 11.30 (forbehold om endring i innveieingstider avhengig av antall puljer).

Stevnestart: kl 12.00. Utstyrsfritt og utstyr kjører i separate puljer med felles premieutdeling.

Startkontingent: 200,- kr pr. løfter. Påmelding på forbundssidene.

Premiering: Bestemannspremier til 1/3 i hver kategori
Medaljer deles ut i alle klasser
Diplomer til alle med tellende resultat

Påmelding via forbundssiden styrkeloft.no innen tirsdag 30. april.

Siden det er Styrkeløftregion Østafjell som arrangerer stevnet må hver klubb også stille med minst en skivepåsetter.

Forbehold om endringer i oppsettet avhengig av hvor mange som skal løfte med og uten utstyr.

Vi oppfordrer til å melde på før fristen av hensyn til vertsklubbens behov for planlegging av arrangementet.

Styrkeløftregion Østafjell

