

Zaproszenie!!!

piątek, 11 grudnia 2015 16:02 - Poprawiony piątek, 11 grudnia 2015 16:09



18 grudnia 2015 serdecznie zapraszamy na Mistrzostwa Siemianowic Śląskich w Wyciskaniu Sztangi Leżąc Młodzieży Gimnazjalnej i Ponadgimnazjalnej. Mistrzostwa odbędą się w Gimnazjum nr 4 w Siemianowicach Śl., przy ul. Chopina 4.

Organizatorami imprezy są: Młodzieżowy Dom Kultury im. dr. H. Jordana i Gimnazjum nr 4 w Siemianowicach Śląskich.

Zawody zostaną przeprowadzone w dwóch kategoriach wiekowych:

1. młodzież gimnazjalna
2. młodzież ponadgimnazjalna

Plan zawodów:

1. godz. 15.00-15.30 – ważenie i rejestracja zawodników
2. godz. 15:30-16.00 – rozgrzewka
3. godz. 16:00 – start zawodów
4. godzina zakończenia zawodów uzależniona jest od ilości startujących zawodników

Zaproszenie!!!

piątek, 11 grudnia 2015 16:02 - Poprawiony piątek, 11 grudnia 2015 16:09

Zawody zostaną rozegrane według formuły Wilks'a

Serdecznie zapraszamy!