



# Zeitplan

## timetable / Zeitplan EM 2016

Freitag, 24.06.2016

weigh-in / Abwaage – Powerlifting & Squat / Kniebeugen: **8:00 – 9:30 Uhr**

**Opening / Eröffnung: 10:00 Uhr**

Squat / Kniebeugen Gr. 1: **10:30 – 11:30 Uhr**

weigh-in / Abwaage – Benchpress / Bankdrücken: **11:30 – 13:00 Uhr**

**Pause/Break: 11:30 – 13:00 Uhr**

Powerlifting Gr.1: **13:00 – 16:00 Uhr**

**Pause/Break: 16:00 – 17:00 Uhr**

ceremony / Siegerehrung -- Powerlifting & Squat / Kniebeugen: **17:00 Uhr**

weigh-in / Abwaage – Benchp. / Bankdrücken (RAW) : **18:00 – 19:30 Uhr**