



# Rozpis

## 4.Ročníka súťaže o Považský Pohár

### 1.Majstrovská Mesta Trenčín v trhu jednou rukou pre rok 2017

- Miesto: Trenčín /KTN/, Paul's Gym, Ľudovíta Starka 2854.
- Dátum: 2.09.2017
- Prihlášky: Zaslať emailom [vkkofo@gmail.com](mailto:vkkofo@gmail.com) do 30.08.2017
- Štartujú: Pretekári/ky narodení/é 2011 a starší bez vekového obmedzenia
- Hmotnostné kategórie:** Deti a žiaci od 2011 do 2005  
Dorast od 2004 do 2000  
Dospelí muži a ženy od 1999
- Podmienka štartu: 1. Minimálna hmotnosť činky 6 kg. Baby Barbell
- Hodnotenie: 2. Štart je povolený len na vlastnú zodpovednosť !!!  
3. Pretekári /ky môžu štartovať v disciplínach:  
a/ Trh pravou rukou,  
b/ Trh ľavou rukou,  
c/ Trh  
d/ Nadhod  
e/ 4 Boj/ Súčet a+b+c+d/mínus 4x telesná hmotnosť =  
Relatívny výkon !!!  
f/ Dvojboj na Sinclairové body  
4. Pri vážení si pretekári vyberú aspoň jednu disciplínu  
Deti a Dorast 5 euro
- Štartovné : Dospelí 8 euro
- Dodatok rozpisu : Podľa počtu prihlásených bude zverejnený 31.8.2017  
Predpokladaný začiatok súťaže detí a dorastu 10.00 hod.
- Občerstvenie: Pretekárom/kam, trénerom a rozhodcom na náklady usporiadateľa
- Hodnotenie: Víťaz/ka v každej disciplíne vybojuje Považský Pohár !  
Víťaz v trhu jednou rukou sa stáva **Majstrom Trenčína** pre rok 2017. 2. a 3. každou rukou získajú medaile vo svojej vek. kateg.

