

Zeitplan

Deutsche Meisterschaft Weighted Calisthenics 2023

Samstag, 02.09.23

WETTKAMPF

Uhrzeit	Gewichtsklassen*		Disziplin
10:00	W	-63 kg -70 kg	1. Ring/Bar Muscle Up
10:25	M	-87 kg	
10:50	W	-63 kg -70 kg	2. Pull/Chin Up
11:15	M	-87 kg	
11:40	W	-63 kg -70 kg	3. Dip
12:05	M	-87 kg	
12:30	W	-63 kg -70 kg	4. Squat
12:55	M	-87 kg	
13:30	Mittagspause		
14:30	M	-94 kg	1. Bar Muscle Up
14:55	M	+94 kg	
15:20	M	-94 kg	2. Pull/Chin Up
15:45	M	+94 kg	
16:10	M	-94 kg	3. Dip
16:35	M	+94 kg	
17:00	M	-94 kg	4. Squat
17:25	M	+94 kg	
18:30-19:00	Siegerehrung -63 kg -70 kg -87 kg -94 kg +94 kg		

*W: Women/Frauen; M: Men/Männer

EINWIEGEN

Uhrzeit	Gewichtsklassen*	
08:00 - 09:30	W	-63 kg -70 kg
08:25 - 09:55	M	-87 kg
12:30 - 14:00	M	-94 kg
12:55 - 14:25	M	+94 kg

Sonntag, 03.09.23

WETTKAMPF

Uhrzeit	Gewichtsklassen*		Disziplin
10:00	M	-66 kg	1. Bar Muscle Up
10:25	M	-73 kg	
10:50	M	-66 kg	2. Pull/Chin Up
11:15	M	-73 kg	
11:40	M	-66 kg	3. Dip
12:05	M	-73 kg	
12:30	M	-66 kg	4. Squat
12:55	M	-73 kg	
13:30	Mittagspause		
14:30	W	-57 kg +70 kg	1. Ring/Bar Muscle Up
14:55	M	-80 kg	
15:20	W	-57 kg +70 kg	2. Pull/Chin Up
15:45	M	-80 kg	
16:10	W	-57 kg +70 kg	3. Dip
16:35	M	-80 kg	
17:00	W	-57 kg +70 kg	4. Squat
17:25	M	-80 kg	
18:30-19:00	Siegerehrung -57 kg +70 kg -66 kg -73 kg -80 kg		

*W: Women/Frauen; M: Men/Männer

EINWIEGEN

Uhrzeit	Gewichtsklassen*	
08:00 - 09:30	M	-66 kg
08:25 - 09:55	M	-73 kg
12:30 - 14:00	W	-57 kg +70 kg
12:55 - 14:25	M	-80 kg