



DANSK STYRKELØFT FORBUND

DANISH POWERLIFTING FEDERATION

Plan AASK Open lørdag den 18. maj 2013j

Sted: Aalborg Styrkeløfter Klub, Skydebanevej 9, 9000 Aalborg

Indvejning/Start:

Open Raw: Indvejning: kl. 8,00 - 09,30. Start kl. 10,00

Der løftes i 3 grupper: 1: Damer + herrer 59 kg op til og med 83 kg. 2: Herrer 93 kg. 3: 105-120+.

Open med udstyr: Indvejning kl. 14,00 - 15,30. Start kl. 16,00

Der løftes i 2 grupper: 1: Damer + herrer op til og med 93 kg. 2: 105 og 120 kg.

Dommere RAW

Klaus Brostrøm, Jonatan Gonge, Jan Lyhne, Niels Stærkær
Klaus og Jonatan vejer ind. Jan og Niels checker udstyr.

Stævneleder: Klaus Brostrøm

Horst sender alle papirer til Klaus Brostrøm

Dommere udstyr:

Dorte Laursen, Helge Laursen, Jesper O. Nielsen, Danny Pedersen.

Helge og Jesper checker udstyr – Dorte og Danny vejer ind.

Stævneleder: Klaus Brostrøm

NB! Dommerbeklædning: Sommerbeklædning må bruges. Husk, at der i henhold til de nye regler skal bruges slips også om sommeren.

På dommerudvalgets vegne
Klaus Brostrøm