

Niedersächsischer Gewichtheberverband e.V.

Sankt-Georg-Straße 126, 29410 Hansestadt Salzwedel



Lea-Sophie Gersberg
Vizepräsidentin KDK im NGV

E-Mail: lea_gersberg@yahoo.de

Zeitplan

zu den Niedersächsischer Landesmeisterschaften im Bankdrücken bzw. Kreuzheben
der Frauen und Männer aller Klassen Classic und mit Equipment
am 17.05.2025 in Ankum

Bankdrücken		
Gruppe 1	- Jugend / Junioren / Aktive (m) – Classic & EQ - alle Gewichtsklassen	15
Gruppe 2	- Senioren (m) – Classic & EQ - alle Gewichtsklassen	14
Gruppe 3	- Alle Frauen (w) – Classic & EQ - alle Gewichtsklassen	11

Kreuzheben		
Gruppe 4	- Jugend / Junioren (m) & alle Frauen (w) – Classic & EQ - alle Gewichtsklassen	9
Gruppe 5	- Aktive / Senioren (m) – Classic & EQ - alle Gewichtsklassen	13
		62

Gruppen	Waage	Wettkampfbeginn	Siegerehrung
1 - 3	09:00 Uhr – 10:30 Uhr	11:00 Uhr	ca. 13:30 Uhr
4 - 6	12:30 Uhr – 14:00 Uhr	14:30 Uhr	ca. 16:00 Uhr

Wettkampfreihenfolge:

- Gruppe 1 (11:00)
- Gruppe 2 (ca. 11:45)
- Gruppe 3 (ca. 12:30)
- Gruppe 4 (14:30)
- Gruppe 5 (ca. 15:00)

Valeri Karpov
SV Quitt Ankum

Lea-Sophie Gersberg
Vizepräsidentin KDK im NGV

Osnabrück, den 21.04.2025

Kampfrichtereinteilung:

	Waage	Hauptkampfrichter	Seitenkampfrichter	Seitenkampfrichter	Sprechertisch
Gruppen 1 bis 3 (Bankdrücken)	Marvin Christen Zoe Estelle Miehe	Marvin Christen	Zoe Estelle Miehe	Anita Grulke	Lena Rehra
Gruppen 4 bis 5 (Kreuzheben)	Steffen Kulhawy Lena Rehra	Steffen Kulhawy	Marvin Christen	Lena Rehra	Lea-Sophie Gersberg