

## Πρόγραμμα Ανοιχτών Πρωταθλημάτων Α & Β ομίλου

### Ανοικτά Πρωταθλήματα 20-21-22/10/2023

#### Α' ΟΜΙΛΟΣ

#### Παρασκευή 20/10/2023

##### Γυναικών - Νέων Γυναικών

Ώρα 14.00 κατηγ. 45, 49, 55 κ.  
Ζύγιση (12.00-13.00)

Ώρα 15.00 κατηγ. 59κ.  
Ζύγιση (13.00-14.00)

Ώρα 16.00 κατηγ. 64κ.  
Ζύγιση (14.00-15.00)

Ώρα 17.00 κατηγ. 71,76,81,87,+87κ.  
Ζύγιση (15.00-16.00)

##### Ανδρών - Νέων Ανδρών

Ώρα 18.30 κατηγ. 55, 61, 67 κ.  
Ζύγιση (16.30-17.30)

Ώρα 19.30 κατηγ. 73 κ.  
Ζύγιση (17.30-18.30)

#### Σαββάτο 21/10/2023

Ώρα 09.00 κατηγ. 81 κ.  
Ζύγιση (07.00-08.00)

Ώρα 11.00 κατηγ. 89 κ.  
Ζύγιση (9.00-10.00)

Ώρα 13.30 κατηγ. 96 κ.  
Ζύγιση (11.30-12.30)

Ώρα 15.30 κατηγ. 102, 109,+109 κ.  
Ζύγιση (13.30-14.30)

## Β' ΟΜΙΛΟΣ

### Γυναικών - Νέων Γυναικών

Ώρα 17.00 κατηγ. 45, 49,55 κ.  
Ζύγιση (15.00-16.00)

Ώρα 18.00 κατηγ. 59,64 κ.  
Ζύγιση (16.00-17.00)

Ώρα 19.00 κατηγ. 71,76,81,87,+87 κ.  
Ζύγιση (17.00-18.00)

**Κυριακή 22/10/2023**

### Ανδρών - Νέων Ανδρών

Ώρα 10.00 κατηγ. 55,61,67 κ.  
Ζύγιση (8.00-9.00)

Ώρα 12.00 κατηγ. 73,81κ.  
Ζύγιση (10.00-11.00)

Ώρα 14.00 κατηγ. 89 κ.  
Ζύγιση (12.00-13.00)

Ώρα 15.00 κατηγ. 96,102 κ.  
Ζύγιση (13.00-14.00)

Ώρα 17.00 κατηγ. 109,+109 κ.  
Ζύγιση (15.00-16.00)

**Ελληνική Ομοσπονδία Άρσης Βαρών**