

**29 ноября 2017 года Спортзал ПНК**

# **Гиревой спорт**

*Спартакиада колледжа - 1 тур*

Соревнования проводятся в упражнении толчок по длинному циклу с гирями весом 16 кг и 24 кг по выбору участника

Соревнования в личном первенстве проводятся по весовым категориям: до 63 кг, до 68 кг, до 73 кг и свыше 73 кг.

Победитель определяется по сумме набранных очков:

**16 кг – один толчок по длинному циклу – 1 очко**

**24 кг – один толчок по длинному циклу – 4 очка**

В командном первенстве в зачет идут

5 лучших результатов от группы

За каждого недостающего участника начисляются

штрафные очки

**Состав команды не ограничен!!!**

Физоргам подать заявку в кабинет физвоспитания

За день до соревнований.

Взвешивание и разминка в **15:30 ч.**

Начало соревнований в **16:00 ч.**