



PAINONNOSTON
15- JA 17-VUOTIAIDEN
SM-KILPAILUT

KEMIJÄRVI 24.-25.5.2025

KILPAILUIDEN AIKATAULU

Lauantai 24.5.2025 kello 12:00

Kilpailuiden avaus - SPNL:n varapuheenjohtaja Pasi Vierelä

Kilpailuryhmän I (Tytöt 40 kg - 49 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän I (Tytöt 40 kg - 49 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän I (Tytöt 40 kg - 49 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän I (Tytöt 40 kg - 49 kg) työntö

Kilpailuryhmän I (Tytöt 40 kg - 49 kg) palkintojen jako

Kilpailuryhmän II (Tytöt 55 kg - 59 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän II (Tytöt 55 kg - 59 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän II (Tytöt 55 kg - 59 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän II (Tytöt 55 kg - 59 kg) työntö

Kilpailuryhmän II (Tytöt 55 kg - 59 kg) palkintojen jako

* Tauko 30 minuuttia *

Kilpailuryhmän III (Pojat 49 kg - 55 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän III (Pojat 49 kg - 55 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän III (Pojat 49 kg - 55 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän III (Pojat 49 kg - 55 kg) työntö

Kilpailuryhmän III (Pojat 49 kg - 55 kg) palkintojen jako

Kilpailuryhmän IV (Pojat 61 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän IV (Pojat 61 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän IV (Pojat 61 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän IV (Pojat 61 kg) työntö

Kilpailuryhmän IV (Pojat 61 kg) palkintojen jako

Kilpailuryhmän V (Pojat 67 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän V (Pojat 67 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän V (Pojat 67 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän V (Pojat 67 kg) työntö

Kilpailuryhmän V (Pojat 67 kg) palkintojen jako



KILPAILUIDEN AIKATAULU

Sunnuntai 25.5.2025 kello 11:00

Kilpailuryhmän VI (Tytöt 64 kg - 81 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän VI (Tytöt 64 kg - 81 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän VI (Tytöt 64 kg - 81 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän VI (Tytöt 64 kg - 81 kg) työntö

Kilpailuryhmän VI (Tytöt 64 kg - 81 kg) palkintojen jako

* Tauko 30 minuuttia *

Kilpailuryhmän VII (Pojat 73 kg - 81 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän VII (Pojat 73 kg - 81 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän VII (Pojat 73 kg - 81 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän VII (Pojat 73 kg - 81 kg) työntö

Kilpailuryhmän VII (Pojat 73 kg - 81 kg) palkintojen jako

Kilpailuryhmän VIII (Pojat 89 kg - 96 kg) nostajien esittely

Kilpailuryhmän VIII (Pojat 89 kg - 96 kg) teknisten toimihenkilöiden esittely

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän VIII (Pojat 89 kg - 96 kg) tempaus

* Tauko 10 minuuttia *

Kilpailuryhmän VIII (Pojat 89 kg - 96 kg) työntö

Kilpailuryhmän VIII (Pojat 89 kg - 96 kg) palkintojen jako sekä muiden palkintojen jaot