



indicono



organizzano

3^a SPARTA CUP

1° CAMPIONATO NAZIONALE
ATLETICA PESANTE ITALIA - LIBERTAS DI
SPECIALITÀ SQUAT AND BENCH

Latina - 5 luglio 2026

in collaborazione con



PROGRAMMA ORARIO

Domenica 5 luglio 2026

Latina,

**presso “Sparta ASD”,
viale Pier Luigi Nervi 152**

SQUAT

ore 8.30/10.00, operazioni di peso:

- **U./D. tutte le categorie e classi**
(previsti 27 atleti);

ore 10.30, inizio gara:

- **Donne, gruppo unico** (9 atlete),
a seguire premiazioni della gara di squat femminile;

ore 11.30 ca.:

- Uomini, due gruppi (18 atleti),
a seguire premiazioni della gara di squat maschile.

[illegible]

BENCH PRESS

ore 13.30/15.00, operazioni di peso:

- U./D. tutte le categorie Classic e gara Equipped;
due sale peso (previsti 52 atleti).

ore 15.30 inizio gara

- Donne, gruppo unico (11 atlete),
a seguire premiazioni della gara di bench press femminile;

ore 16.30 ca.

- Uomini gara classic, tre gruppi:

1° gruppo, categorie -66/-74/-120kg. (13 atleti);

2° gruppo, categorie -83/+120kg. (12 atleti);

3° gruppo, categorie -93/105kg. (11 atleti);

a seguire premiazioni della gara di bench press maschile.

ore 19.00 ca.

- Uomini gara equipped, gruppo unico (5 atleti);

a seguire premiazioni della gara equipped.

ore 19.30 ca.

- chiusura della riunione.

[illegible]

IMPORTANTE

Le gare di squat e bench press sono single lift a classifiche separate, ciascuna quindi si sviluppa con procedura propria ed autonoma.

Ne consegue che gli atleti iscritti ad entrambe le competizioni dovranno presentarsi alle operazioni di peso di ognuna di esse (8.30/10.00 per lo Squat e 13.30/15.00 per la Bench Press) al fine di garantire agli altri concorrenti l'effettiva appartenenza alla categoria dichiarata all'atto delle iscrizioni.

In alcun modo si potrà far valere nelle gare del pomeriggio il peso attestato al mattino senza una nuova verifica nell'orario previsto per le operazioni di peso della bench press.