



Helsinki 28.9.2023

RYHMÄJAKO (yht. 30 nostajaa)

**KLASSISEN VOIMANOSTON 31. HELSINGIN ALUEMESTARUUSKILPAILU
14.10.2023 HELSINKI, KONTULA**

ALUSTAVA RYHMÄJAKO ON:

- **RYHMÄ 1:** NAISET: SARJAT 52kg, 63kg
(YHTEENSÄ 7 NOSTAJAA)
- **RYHMÄ 2:** NAISET: SARJAT 69kg, 76kg, 84kg
(YHTEENSÄ 9 NOSTAJAA)
- **RYHMÄ 3:** MIEHET: SARJAT 74kg ja 83kg, 93 kg, 105 kg, 120 kg, 120+kg
(YHTEENSÄ 14 NOSTAJAA)

**LOPULLINEN RYHMÄJAKO VAHVISTETAAN KILPAILUAAMUNA
PUNNITUKSEN JÄLKEEN.**