



11.10.2024

## **RYHMÄJAKO (33 nostajaa)**

PääkaupunkiSeudun Seurayhtymä PSS  
Klassisen voimanoston 32. Helsingin aluemestaruuskilpailu  
Kontulan kuntokellari, Ostoskuja 4, Helsinki  
19.10.2024 klo 11:00

### ALUSTAVA RYHMÄJAKO:

-- **RYHMÄ 1:** NAISET: SARJAT 63, 69, 76, 84, 84+  
(13 NOSTAJAA)

-- **RYHMÄ 2:** MIEHET: SARJAT 74, 83, 93  
(11 NOSTAJAA)

-- **RYHMÄ 3:** MIEHET: SARJAT 105, 120, 120+  
(9 NOSTAJAA)

LOPULLINEN RYHMÄJAKO VAHVISTETAAN KILPAILUAAMUNA  
PUNNITUKSEN JÄLKEEN.