

## Zeitplan

für den

**Deutschen Ländermannschaftspokal im**

**Bankdrücken**

**Waage für alle Teilnehmer: 14.00 Uhr - 15.30 Uhr**

**Wettkampfbeginn: 16.00 Uhr**

**Die Gruppeneinteilung erfolgt nach der Waage.**

**Datum: 01. Dezember 2012**

**Wettkampfort: Fitness – Center Rhein – Main**

**Pommernstraße 4 A**

**65428 Rüsselsheim**

**Wir wünschen allen Teilnehmern und Gästen eine störungsfreie Anreise und einen spannenden Wettkampf.**

**Karl-Heinz Voscul**

**Referent für Mannschaftswettkämpfe im BVDK e. V.**