

2 помост 07 сентября 2025 года					
2.1 поток	09.00 — 10.40	Армлифтинг	пуля	Все участники	
			аполлон	Все участники	
			хаб	Все участники	
			роллинг	Все участники	
			эскалибур	Все участники	
			двур. Блок	Все участники	
2.2 поток	10.45— 10.55	Белорусский жим		Все участники	ПРО+ Люб
2.3.1 поток	11.00 — 11.40	БИЦЕПС классический		Женщины + Юноши / юниоры / мастера	ПРО+ Люб
2.3.2 поток	11.40 — 12.00	Бицепс двоеборье.	Классика	Все участники	ПРО+ Люб
2.4 поток	12.00 — 13.00	БИЦЕПС классический		Мужчины OPEN + SAB	ПРО+ Люб
2.5.1 поток	13.00 — 13.20	Бицепс двоеборье .	Строгий	Все участники	ПРО+ Люб
2.5.2 поток	13.20 — 13.50	БИЦЕПС строгий		Женщины + юноши/юниоры	ПРО+ Люб
2.6.1 поток	13.50 — 14.20	Hip Thrust классика		Все участники	ПРО+ Люб
2.6.2 поток	14.20 — 14.40	Hip Thrust народный		Все участники	ПРО+ Люб
2.7.1 поток	15.00 — 15.25	БИЦЕПС строгий		Мужчины — SAB + мастера	ПРО+ Люб
2.7.2 поток	15.25 — 16.00	БИЦЕПС строгий		Мужчины — open	ПРО+ Люб
2.8 поток	16.40 — 17.00	Русский / народный бицепс		Все участники	ПРО+ Люб
2.9 поток	17.00 — 17.30	БИЦЕПС Аполлон		Все участники	ПРО+ Люб
2.10 поток	17.30 — 18.30	БИЦЕПС экстремальный		Женщины + юноши/юниоры	ПРО+ Люб
2.11.1 поток	18.50 — 19.30	БИЦЕПС экстремальный		Мужчины — open вк 67.5 / 75 / 82.5	ПРО+ Люб
2.11.2 поток	19.30 — 20.00	БИЦЕПС экстремальный		Мужчины — open вк 90 и выше	ПРО+ Люб
2.12 поток	20.00 —	БИЦЕПС экстремальный		Мужчины — SAB + мастера	ПРО+ Люб