



**ASOCIACIÓN ESPAÑOLA de POWERLIFTING**  
Copa de España de Powerlifting y Press Banca  
Carranque, Toledo  
del 12 al 14 de noviembre del 2021

Rev. 29-oct.-21

**Viernes, 12 de noviembre**

**SESIÓN 1: Hombres Powerlifting Raw / 2 Grupos / 22 lev.**

**Pesaje 16:00 - 17 :30 / Inicio 18:00 / Fin 22:00**

- \* Grupo 1: -105 kg (5 menores totales) / -120 kg (4) / +120 kg (2) 11 lev.  
\* Grupo 2: -105 kg (11 mayores totales) 11 lev.

**Entrega medallas. Final Jornada 22:30**

**Sábado, 13 de noviembre**

**SESIÓN 2: Mujeres Powerlifting Raw / 2 Grupos / 23 lev.**

**Pesaje 8:00 - 9:30 / Inicio 10:00 / Fin 13:30**

- \* Grupo 1: -63 kg (11) 11 lev.  
\* Grupo 2: -69 kg (6) / -76 (6) 12 lev.

**Entrega medallas. Descanso hasta 14:00**

**SESIÓN 3: Hombres Powerlifting Raw y Equipado / 2 Grupos / 26 lev.**

**Pesaje 12:00 - 13:30 / Inicio 14:00 / Fin 18:15**

- \* Grupo 1: -83 kg (10 menores totales) / -83 -93 -105 kg (3 Equip.) 13 lev.  
\* Grupo 2: -83 kg (13 mayores totales) 13 lev.

**Entrega medallas y trofeos hombres Power Equip.**

**Descanso hasta 18:45**

**SESIÓN 4: Hombres Powerlifting Raw / 2 Grupos / 24 lev.**

**Pesaje 16:45 - 18:15 / Inicio 18:45 / Fin 22:45**

- \* Grupo 1: -93 kg (12 menores totales) 12 lev.  
\* Grupo 2: -93 kg (12 mayores totales) 12 lev.

**Entrega medallas. Fin Jornada 23:15**

**Domingo, 14 de noviembre**

**SESIÓN 5: Mujeres Powerlifting Raw y Press Banca / 3 Grupos / 24 lev.**

**Pesaje 8:00 - 9:30 / Inicio 10:00 / Fin 13:00**

- \* Grupo 1: -47 kg (1) / -52 kg (4) / -84 kg (2) / +84 kg (2) + **Gr. 3 PB (5)\*** 9 lev.  
\* Grupo 2: -57 kg (10) 10 lev.

**Mujeres Press Banca Raw y Equip. / 1 Grupo / 5 lev.**

- \* Grupo 3: -63 kg (1 Equip.) / -69 kg (2) / -76 kg (1) / +84 kg (1) 5 lev.

**Entrega medallas y trofeos mujeres Press Banca y Power Raw**

**Descanso hasta 13:45**

**SESIÓN 6: Hombres Powerlifting Raw / 2 Grupos / 20 lev.**

**Pesaje 11:45 - 13:15 / Inicio 13:45 / Fin 17:00**

- \* Grupo 1: -59 kg (1) / -66 kg (6) / -74 kg (3 menores totales) 10 lev.  
\* Grupo 2: -74 kg (10 mayores totales) 10 lev.

**Entrega medallas y trofeos hombres Power Raw**

**Descanso hasta 17:45**

**SESIÓN 7: Press Banca Raw y Equipado / 2 Grupos / 21 lev.**

**Pesaje 15:45 - 17:15 / Inicio 17:45 / Fin 19:00**

- \* Grupo 1: -74 kg (3) / -93 kg (6) / -93 kg (1 Equip.) 10 lev.  
\* Grupo 2: -83 kg (8) / -105 kg (1) / -120 kg (1) 10 lev.

**Entrega medallas y trofeos hombres Press Banca Raw y Equip.**

**Final Competición 19:30**