

## Программа тренировок

Дата	8:45 – 9:45 КПП-2	9:45 – 11:00 <b>(Новый комплекс)</b>	10:30 – 11:30 КПП-2	11:30 – 13:00 <b>(Новый комплекс)</b>	15:00 – 16:00 КПП-2	16:00 – 17:30 <b>(Новый комплекс)</b>	17:00 – 18:00 КПП-2	18:00 – 19:30 <b>(Новый комплекс)</b>
<b>3 января 2022 года – 17:30 Церемония открытия</b>								
<b>3 января 2022 (Понедельник)</b>					Фильтр для участников	Мужчины: до 71 кг. Женщины: до 72 кг.  5 х 4' – борьба в партере 5 х 5' – борьба стоя	Фильтр для участников 16:30-17:30	Мужчины: <b>свыше 71 кг</b> Женщины: <b>свыше 72 кг</b>  5 х 4' – борьба в партере 5 х 5' – борьба стоя
<b>4 января 2022 (Вторник)</b>	Фильтр для участников	Мужчины: до 71 кг. Женщины: до 72 кг.  2 х 3' борьба в партере 6 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: <b>свыше 71 кг</b> Женщины: <b>свыше 72 кг</b>  2 х 3' борьба в партере 7 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: до 71 кг. Женщины: до 72 кг.  2 х 3' борьба в партере 7 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: <b>свыше 71 кг</b> Женщины: <b>свыше 72 кг</b>  2 х 3' борьба в партере 6 х 5' борьба стоя
<b>5 января 2022 (Среда)</b>	Фильтр для участников	Мужчины: <b>свыше 71 кг</b> Женщины: <b>свыше 72 кг</b>  2 х 3' борьба в партере 6 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: до 71 кг. Женщины: до 72 кг.  2 х 3' борьба в партере 7 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: <b>свыше 71 кг</b> Женщины: <b>свыше 72 кг</b>  2 х 3' борьба в партере 7 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: до 71 кг. Женщины: до 72 кг.  2 х 3' борьба в партере 6 х 5' борьба стоя
<b>6 января 2022 (Четверг)</b>	Фильтр для участников	Мужчины: до 71 кг. Женщины: до 72 кг.  2 х 3' борьба в партере 6 х 5' борьба стоя	Фильтр для участников	Мужчины: <b>свыше 71 кг</b> Женщины: <b>свыше 72 кг</b>  2 х 3' борьба в партере 6 х 5' борьба стоя		<b>Отъезд команд</b>		

**Программа тренировок может быть изменена из-за конечного числа участников.**

**Участники сбора проводят разминку самостоятельно, время начала тренировки – это время начала тренировочных поединков.**