

Алина Удальцова - победитель Первенства России по пауэрлифтингу (троеборье) среди девушек до 18 лет!



С 26 января 2020 года в Екатеринбурге проходят чемпионат и первенство России по пауэрлифтингу в дисциплине «троеборье», в которую входят приседания, жим лежа и становая тяга. Спортсмены выполняют по три подхода в каждой категории, а в зачет идут лучшие результаты, которые суммируются.

На соревнования приехали около 500 спортсменов из всех регионов страны. Закончатся соревнования 5 февраля. За это время успеют выступить юноши и девушки до 18 лет, юниоры и юниорки до 23 лет и взрослая категория. При этом в каждой из возрастных групп есть еще и весовые категории.

1 февраля завершилось Первенство России.

Команда Вологодской области заняла 13 место в общекомандном зачёте. [Общеконандный зачет. Протокол](#)

Алина Удальцова - победитель Первенства России по пауэрлифтингу (троеборье) среди девушек до 18 лет!

Весовая категория до 47 кг

Приседание 105 кг (малая бронзовая медаль)
Жим 72,5 кг (малое золото)
Тяга 132,5 кг (малое золото)
Сумма 310 кг и выполнен норматив Мастера Спорта России!

Поздравляем спортсменку и её тренера!

