

## Юлия Бахвалова - бронзовый призер чемпионата России по пауэрлифтингу



В столице Урала проходит Чемпионат России по пауэрлифтингу. Здесь атлеты соревнуются в трёх упражнениях: приседание со штангой на плечах, жим лежа и становая тяга. Правила простые — нужно поднять максимальный вес на одно повторение. Побеждает тот, кто поднял наибольший суммарный вес в трёх движениях.

Лучшие атлеты этих соревнований войдут в сборную команды России и отправятся защищать честь страны на Чемпионат Европы в Чехию и Чемпионат Мира в Данию.

Поздравляем Юлию Бахвалову и ее тренера Николая Ильичева с бронзовой медалью чемпионата России по пауэрлифтингу (троеборью) среди женщин в в/к до 63 кг с результатом 470 кг , а также с малыми медалями в жиме и становой тяге!

Приседание 185 кг;

Жим лёжа 100 кг - 3 место.

Становая тяга 185 кг - 2 место.

