

# 2019 Powerlifting Calendar

January	February	March	April	May	June	July	August	September	October	November	December	
1 Tu <small>New Year's Day</small>	1 Fr	1 Fr	1 Mo	1 We	1 Sa	1 Mo	1 Th	1 Su	1 Tu	1 Fr	1 Su	
2 We	2 Sa	2 Sa	2 Tu	2 Th	2 Su	2 Tu	2 Fr	2 Mo	2 We	2 Sa	2 Mo	
3 Th	3 Su	3 Su	3 We	3 Fr	3 Mo	World Classic Powerlifting Champs, Helsingbor, SWEDEN	3 We	3 Sa	3 Tu	3 Th	African Powerlifting & Bench Press Champs, Potch, SA	
4 Fr	4 Mo	4 Mo	4 Th	4 Sa	4 Tu		4 Th	4 Su	4 We	4 Fr		4 Mo
5 Sa	5 Tu	5 Tu	5 Fr	5 Su	5 We		5 Fr	5 Mo	5 Th	5 Sa		5 Tu
6 Su	6 We	6 We	6 Sa	6 Mo	6 Th		6 Sa	6 Tu	6 Fr	6 Su		6 We
7 Mo	7 Th	7 Th	7 Su	7 Tu	7 Fr		7 Su	7 We	7 Sa	7 Mo		7 Th
8 Tu	8 Fr	8 Fr	8 Mo	8 We	8 Sa		8 Mo	8 Th	8 Su	8 Tu		8 Fr
9 We	9 Sa	9 Sa	9 Tu	9 Th	9 Su		9 Tu	9 Fr	9 Mo	9 We		9 Sa
10 Th	10 Su	10 Su	10 We	10 Fr	10 Mo		10 We	10 Sa	10 Tu	10 Th		10 Su
11 Fr	11 Mo	11 Mo	11 Th	11 Sa	11 Tu		11 Th	11 Su	11 We	11 Fr		11 Mo
12 Sa	12 Tu	12 Tu	12 Fr	12 Su	12 We		12 Fr	12 Mo	12 Th	12 Sa		12 Tu
13 Su	13 We	13 We	13 Sa	13 Mo	13 Th	13 Sa	13 Tu	13 Fr	13 Su	13 We		
14 Mo	14 Th	14 Th	14 Su	14 Tu	14 Fr	14 Su	World University Powerlifting Cup, Tartu, ESTONIA	14 We	14 Sa	14 Mo	14 Th	
15 Tu	15 Fr	15 Fr	15 Mo	15 We	15 Sa	15 Mo		15 Th	15 Su	15 Tu	15 Fr	
16 We	16 Sa	16 Sa	16 Tu	16 Th	16 Su	16 Tu		16 Fr	16 Mo	Commonwealth Powerlifting & Bench Press Champs, St. Johns, CANADA	16 We	16 Sa
17 Th	17 Su	17 Su	17 We	17 Fr	17 Mo	17 We		17 Sa	17 Tu		17 Th	17 Su
18 Fr	18 Mo	18 Mo	18 Th	18 Sa	18 Tu	18 Th		18 Su	18 We		18 Fr	18 Mo
19 Sa	19 Tu	19 Tu	19 Fr	19 Su	19 We	19 Fr		19 Mo	19 Th		19 Sa	19 Tu
20 Su	20 We	20 We	20 Sa	20 Mo	20 Th	20 Sa		20 Tu	20 Fr		20 Su	20 We
21 Mo	21 Th	21 Th	21 Su	21 Tu	21 Fr	21 Su		21 We	21 Sa		21 Mo	21 Th
22 Tu	22 Fr	22 Fr	22 Mo	22 We	22 Sa	22 Mo		22 Th	22 Su		22 Tu	22 Fr
23 We	23 Sa	23 Sa	23 Tu	23 Th	23 Su	23 Tu		23 Fr	23 Mo		23 We	23 Sa
24 Th	24 Su	24 Su	24 We	24 Fr	24 Mo	24 We	24 Sa	24 Tu	24 Th		24 Su	
25 Fr	25 Mo	25 Mo	25 Th	25 Sa	25 Tu	25 Th	25 Su	25 We	25 Fr		25 Mo	
26 Sa	26 Tu	26 Tu	26 Fr	26 Su	26 We	26 Fr	26 Mo	26 Th	26 Sa	26 Tu		
27 Su	27 We	27 We	27 Sa	27 Mo	27 Th	27 Sa	27 Tu	27 Fr	27 Su	27 We		
28 Mo	28 Th	28 Th	28 Su	28 Tu	28 Fr	28 Su	28 We	28 Sa	28 Mo	28 Th		
29 Tu		29 Fr	29 Mo	29 We	29 Sa	29 Mo	29 Th	29 Su	29 Tu	29 Fr		
30 We		30 Sa	30 Tu	30 Th	30 Su	30 Tu	30 Fr	30 Mo	30 We	30 Sa		
31 Th		31 Su		31 Fr		31 We	31 Sa		31 Th			

© Calendarpedia® www.calendarpedia.com

Data provided 'as is' without warranty

International Champs
SA National Champs
Provincial champs and qualifiers (proposed)
Club Competitions (proposed)

Dates which are coloured red are deadlines for Preliminary or Final Entries for international comps

World Open Powerlifting Championships, Dubai, UAE

SA Bench - EC SA Raw - NW

SA Equipped - Gauteng