Deskrypcja tekstowa filmu. Przez całe nagranie słychać muzykę.

1. Nagranie z telebimu, próba podniesienia 125 kilogramów. Kobieta podchodzi do sztangi i podnosi ją, w tle stoją mężczyźni. Próba zostaje zaliczona.
2. Nagranie z telebimu, próba podniesienia 130 kilogramów. Kobieta podchodzi do sztangi i podnosi ją, w tle stoją mężczyźni. Próba zostaje zaliczona.
3. Nagranie z widowni. Kobieta przed sędziami podchodzi do sztangi i podnosi ją, w tle stoją mężczyźni. Sędzia ręką pokazuje kiedy podnieść i opuścić sztangę. Próba zostaje zaliczona, kobieta schodzi z maty.
4. Zbliżenie na dyplomy.
5. Zbliżenie na kobietę z trzema medalami zawieszonymi na szyi.
6. Zbliżenie na kobietę, która szykuje się do podniesienia sztangi, w tle stoją mężczyźni.
7. Zbliżenie na policjantkę w mundurze, trzymającą medale w dłoni. Na ścianie napis Komenda Powiatowa Policji w Krośnie Odrzańskim.
8. Nagranie kończy się.