

Tapolcai Szabadtéri Kondipark

Street workout verseny

Versenykiírás



Helyszín: Városi Sport- és Szabadidő Centrum
Tapolca, Sümegi út 40.

Időpont: 2018. szeptember 17. hétfő 17.30

Eredményhirdetés: 2018. szeptember 17. hétfő 19.00 óra

A verseny rendezői: Tapolca Kft. - Csermák József Rendezvénycsarnok

Öltözési lehetőség: }
Mosdóhasználat: } Városi Sport-és Szabadidő Centrum
Zuhanyzási lehetőség: }

Nevezés: A nevezés díjtalan! Előnevezés szükséges (helyszíni nevezésre is lesz lehetőség)

Nevezési lap elérhető: www.tapolcasporttelep.hu

Nevezési lap leadása: tapolcacsarnok@tapolcakft.hu e-mailben

Versenyelemek:

Fekvőtámasz
Felugrás gumira
Húzódzkodás (férfiak)/ függésben tartás (nők)
Kötélmászás (nők)/függeszkedés (férfiak)
Plank
Traktorgumi forгатás
Tolódzkodás

Kategóriák:

Férfiak		Nők	
<i>35 év alatti</i>	<i>35 év feletti</i>	<i>35 év alatti</i>	<i>35 év feletti</i>
húzódzkodás	húzódzkodás	felugrás gumira	felugrás gumira
fekvőtámasz	fekvőtámasz	fekvőtámasz	fekvőtámasz
tolódzkodás	tolódzkodás	függésben tartás	függésben tartás
függeszkedés kötélén időre	függeszkedés kötélén időre	kötélmászás	kötélmászás
plank	plank	plank	plank
	traktorgumi forgatás		

Minden versenyelemből az adott idő alatt, maximális ismétlés szám adja a pontot, a verseny után a pontok összesítésével a legtöbb pontot elérő versenyző lesz az első helyezett.

A gyakorlatoknál csak a helyes kivitelezést fogadjuk el, a szabályos kivitelezés leírását megtalálják oldalunkon.

Díjazás:

I-III. Helyezett nő és férfi, illetve 35 év alatti és feletti kategóriák érem, oklevél és ajándék.

A versenyen mindenki saját felelősségre indul. Kérjük, a résztvevőket, hogy megfelelő egészségi állapotban jelenjenek meg!

Információ:

<http://www.tapolcasporttelep.hu>

<https://www.facebook.com/tapolcasporttelep/>

E-mail: tapolcacsarnok@tapolcakft.hu

Telefonszám: +36 30/565-1130

A szervező a programváltoztatás jogát fenntartja!