

PROGRAMMA EVENTO – DOMENICA 22/06

Manifestazione sportiva a carattere amatoriale, suddivisa per categorie, nella quale gli standard di movimento richiesti saranno adattati al vostro livello di fitness.

L'evento si svolgerà tra la palestra Hatlex Desio ed il Parco Comunale (giardini di Villa Tittoni), Domenica 22 Giugno dalle ore 9.00 alle ore 18.30 (premiazione compresa).



La prima parte della competizione si svolgerà all'interno della struttura Hatlex Desio dove i partecipanti (Team composti da 2 persone) affronteranno il primo Wod della giornata.

Per la seconda parte della gara si cambierà location e i Team dovranno affrontare un percorso di Trial Running lungo il perimetro del parco e nei giardini della Villa, intervallato da stazioni di esercizi a corpo libero e con attrezzi, cercando di terminare il tracciato nel minor tempo possibile.

Categorie partecipanti alla competizione

- Team x2 - Man/Woman, Man/Man, Woman/Woman (Cat. Basic)
- Team x2 - Man/Woman, Man/Man, Woman/Woman (Cat. Advance)

Standard di categoria

Per partecipare alla competizione e scegliere la categoria sono richiesti i seguenti standard minimi:

Advance: età minima 16 anni

Deadlift da gestire nel wod @80/55kg – Wall Ball @20/14lb – Dumbbell @25/17,5kg

Basic: età minima 16 anni

Deadlift da gestire nel wod @60/40kg – Wall Ball @8/6kg – Dumbbell @20/12,5kg

Orari di svolgimento dell'evento

- Ore 09.00 - 10.30 Apertura al pubblico, accreditamento e presentazione evento
- Ore 10.30 - 11.30 Wod 1 - Cat. Basic
- Ore 11.45 - 12.45 Wod 1 - Cat. Advance
- Ore 13.00 - 14.30 Pausa pranzo e relax nel boschetto della Villa
- Ore 15.00 - 17.30 Svolgimento eventi Basic e Advance
- Ore 17.30 - 18.00 Premiazioni vincitori di ogni categoria

Modalità di iscrizione

Le iscrizioni si potranno fare direttamente al desk della palestra Hatlex Desio in Via XXV Aprile 2 oppure inviando una mail all'indirizzo info@hatlexdesio.it e tramite WhatsApp al numero 339.5488434

- Chiusura iscrizioni Domenica 15/06 alle ore 23.30
- Quota di iscrizione €. 20,00 a persona (comprende registrazione e pacco gara)