

TRIGORIA BATTLE

II EDITION

16/06/19

**7 PROVE, OGNI PROVA ASSEGNA UN PUNTEGGIO
E LA SOMMA DEI PUNTEGGI DARA' LA
CLASSIFICA FINALE**

1. AMRAP 2'

20 SQUAT -> SCATTO -> 5 BURPEES -> SCATTO

2. MAX WEIGHT -> SNATCH 2KB (3 REP/MAX 3')

3. MAX REP 60'' -> LEG SWITCH DOWN

4. MAX REP 60'' -> BOX JUMP

5. MAX WEIGHT -> SQUAT 2 KB (3 REP/MAX 3')

6. 100 REP -> SIT UP

7. MAX WEIGHT -> AMERICAN SWING (5 REP/MAX 3')

***ISCRIZIONI IN SEGRETERIA ENTRO E NON OLTRE IL 30/05/2019**

****QUOTA DI PARTECIPAZIONE 10€ (MAGLIETTA INCLUSA)**