

TALVIKARKELOT

1. LAJI

Aikaa vastaan. 40min aikaraja.

100 Seinäpalloheitto
(yhteistoistot)

800m Soutu
(kumpikin soutaa)

50 Maastaveto
(yhteistoistot)

800m Soutu
(kumpikin soutaa)

50 Maasta pään yläpuolelle
(yhteistoistot)

800m Soutu
(kumpikin soutaa)

50 Laatikon ylitys
(yhteistoistot)

Tulos (aika): _____

Osallistujat: _____

Tuomari: _____

Avoin, M 35-39, M 40-44.

Pallo: miehet 9kg, naiset 6kg

Maastaveto: miehet 2x32kg, naiset 2x24kg (kuulat)

Maasta pään yläpuolelle: miehet 1x 24kg, naiset 1x 16kg

Laatikon korkeus: miehet 60cm, naiset 50cm.

Laatikon ylitys: miehet 1x32kg, naiset 1x24kg

Teinit, M 45-49, M +50.

Pallo: miehet 9kg, naiset 6kg

Maastaveto: miehet 2x24kg, naiset 2x16kg (kuulat)

Maasta pään yläpuolelle: miehet 1x16kg, naiset 1x12kg.

Laatikon korkeus: miehet 60cm, naiset 50cm.

Laatikon ylitys: miehet 1x24kg, naiset 1x16kg



MORE THAN A BARBER

