

TALVIKARKELOT

LAJI 3

Aikaa vastaan:
(aikaraja 30min)

Lajin 3 tarjoaa:



Kilpailija A:

Kilpailija B:

26 Askelkyykky
52 Tangon yli hyppy

Tangossa roikunta
(*pallo)

Tangossa roikunta
(*pallo)

26 Askelkyykky
52 Tangon yli hyppy

26 Rinnalleveto roikusta
52 Tangon yli hyppy

Seinänoja

Seinänoja

26 Rinnalleveto roikusta
52 Tangon yli hyppy

26 Etukyykky
52 Tangon yli hyppy

Lankku

Lankku

26 Etukyykky
52 Tangon yli hyppy

Tulos: _____ (Aika)

Seinänoja

85 ja 125cm seinästä.

Lankku

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

Oma pituus -25cm

Teinit, M 45-49, M +50.

Oma pituus -30cm

Miehet:

Avoim, M 35-39, M 40-44

Tanko: 45kg

Pallo 9kg

Teinit, M 45-50, M +50

Tanko 40kg

Ei palloa

Naiset:

Avoim, M 35-39, M 40-44

Tanko: 30kg

Pallo 6kg

Teinit, M 45-50, M +50

Tanko 25kg

Ei palloa

Kilpailijat: _____

Tuomari: _____