

# Ausschreibung

# Stronghuman Beginner Cup

## 10.06.2023

Wettkampfort: porta Möbel , Alte Messe 2 , 04103 Leipzig  
Waage: ab 10 Uhr  
Briefing: 11 Uhr  
Erste Disziplin: 12 Uhr  
Startgebühr: 40 €

### Disziplinen:

Axle Kreuzheben - 60s auf Wiederholungen  
*Frauen 110kg*  
*Männer 180kg*

Monster Dumbbell - 60s auf Wiederholungen  
*Frauen 20kg*  
*Männer 35kg*

Yoke tragen - 30m auf Zeit  
*Frauen 130kg*  
*Männer 200kg*

Atlas Stone Loading - 60s auf Wiederholungen  
*Frauen 40kg*  
*Männer 80kg*

### Startberechtigung:

Alle Athletinnen und Athleten, die vorher noch nicht bei einem GFSA Wettkampf gestartet sind

### Meldeschluss:

27.05. oder wenn 40 Athlet:innen erreicht sind

### Anmeldung:

<https://forms.gle/VFWk7qopqeM8R2Yv9>

