

Ausschreibung zur Deutschen Meisterschaft der Männer unter 90 kg der G.F.S.A.

<u>Termin:</u>	Samstag, 07.10.2023
<u>Wettkampfort:</u>	Strong Iron Powergym, Stötteritzer Straße 32, 04317 Leipzig
<u>Anmeldung/Waage:</u>	10 Uhr
<u>Athleten-Briefing:</u>	11 Uhr
<u>Wettkampfbeginn:</u>	12 Uhr
<u>Klassen:</u>	U90
<u>Startgeld:</u>	50,-€
<u>Wegbeschreibung:</u>	Gelände am oberen Ende vom Norma Parkplatz

Preisgeld/Preise:

1. Platz 100,-€

2. Platz 75,-€

3. Platz 50,-€

Alle Athleten erhalten ein Wettkampfsshirt, eine Urkunde und eine Medaille. Die ersten drei Plätze erhalten einen Pokal.

Disziplinen:

- Loglift maximal (3 Versuche pro Athlet)
- Axle Kreuzheben auf Wiederholungen, 60s, 205kg ODER 220kg
- Monster Dumbbell auf Wiederholungen, 60s, 50kg
- Yoke tragen, 2x10m, 240kg ODER 280kg
- Ground to Shoulder Medley, 80kg Atlas Stein, 90kg Sack, 100kg Sack

Auf euer Kommen freuen sich Heinz Ollesch, René Marticke und Marc und Erik vom

— since 2019 —
STRONG IRON
— POWER GYM —