

OCELOVÝ MUŽ - ŽENA



4. ročník závodu ve Šternberku

+ ZÁVODY V DĚTSKÉM OCELÁČKU

27. 5. 2023

Fotbalové hřiště Babice

Prezence 8:00 - 8:45
Start závodu 9:00

Přijďte si otestovat svou kondici ve všestranném závodu.
Možnost získat titul OCELOVÝ MUŽ - ŽENA při splnění limitů ve všech disciplínách.



DISCIPLÍNY

Benchpress 65 kg (muži), 30 kg (ženy)
Shyby na hrazdě (muži), výdrž ve shybu (ženy)
Sed-lehy za 2 minuty
Běh 5 km
Silniční cyklistika 35 km (možno absolvovat
na jakémkoliv typu jízdního kola)



KATEGORIE

Muži: do 39, do 49, do 59 a od 60 let
Ženy: do 39 let a od 40 let
Týmy: 3 až 5 osob si rozdělí
5 disciplín

Možno absolvovat celý závod jako
jednotlivec, v týmu nebo obojí.

Akce se koná za finanční podpory města Šternberka.

Více na www.ocelovymuz.cz