

Serdecznie zapraszamy siłaczy Gminy Czerwonak do udziału w zawodach, a publiczność do kibicowania naszym Strongmenom. Wyłonimy najsilniejszego mieszkańca Gminy Czerwonak!

Do pobrania:

[Regulamin_i_zgłoszenie_Siłacz2018](#)

SIŁACZ GMINY CZERWONAK

26 MAJA 2018
godz. 13⁰⁰

Miejsce:
Boisko wielofunkcyjne przy
Centrum Kultury i Rekreacji
w Koziegłowach

ZAWODY PROWADZI
Robert Nemś

SĘDZIOWIE:
Rafał Klauz
Damian Sieradzki

ZMAGANIA STRONGMENÓW W 6 WIDOWISKOWYCH KONKURENCJACH:

- WYCISKANIE SZTANGI LEŻĄC (100 KG/MIN.)
- MARTWY CIĄG (140 KG/MIN.)
- PRZYSIAD ZE SZTANGĄ (110 KG/MIN.)
- WYCISKANIE BELKI (80 KG/MIN.)
- SPACER FARMERA (2X80 KG 2X20 M)
- SPACER BUSZMENA (180 KG/MIN. 2X20M)



ORGANIZATOR:



SPONSOR:



PARTNER:



PATRONAT MEDIALNY:



OPRAWA MUZYCZNA:



