

Przemysław Karwański obronił tytuł najsilniejszego mieszkańca Gminy Czerwonak

16 czerwca po raz drugi CRKF „AKWEN” zorganizował zawody Strongmana dla mieszkańców Gminy Czerwonak. Przy boisku wielofunkcyjnym w Koziegłowach swoją siłę zaprezentowało dziewięciu strongmanów.

Na starcie wszyscy zawodnicy otrzymali pakiety startowe ufundowane przez firmę „Twoja Forma” oraz okolicznościowe koszulki. Prowadzeniem zawodów zajął się Robert Nemś, sędziowali: Rafał Klauz i Damian Sieradzki, oprawa muzyczna – Dj Macoer



Dla zawodników przygotowano bardzo wymagające konkurencje:

1. Wyciskanie sztangi leżąc 100 kg/min.



2. Martwy ciąg 150 kg/min.



3. Przerzucanie opony 5 obrotów + yok 220 kg 20 m





4. Wyciskanie belki „barki” 80 kg/min.



5. Spacer farmera 80 kg 2*20 m + nosidło 200 kg 2*20 m



Między konkurencjami Strongmanów były przygotowane atrakcje dla dzieci. Ogromną radość dzieciom sprawiło rozbijanie piniaty.







Nie udało się przeprowadzić zawodów Siłaczek Gminy Czerwonak, ze względu na zbyt małą liczbę chętnych. Zgłosiła się tylko jedna Pani, która otrzymała nagrodę za odwagę.



Na tegorocznych zawodach na podium stanęli:

1 miejsce: Przemysław Karwański (obronił zeszłoroczny tytuł Najsilniejszego Mieszkańca Gminy Czerwonak),

2 miejsce: Mateusz Mielnik,

3 miejsce: Waldemar Rudziński.

Wszyscy otrzymali pamiątkowe medale, a najlepsi puchary i nagrody rzeczowe.



Serdecznie dziękujemy za pomoc wszystkim osobom zaangażowanym w sprawny przebieg zawodów.