



CAMPIONATO ITALIANO SINGLE LIFT

SQUAT- BENCH-PRESS- DEADLIFT

Date: 19-20 SETTEMBRE 2020

INFORMAZIONI:

- Effettuare iscrizione tramite modulo iscrizione competizione che trovate sul sito internet, www.rawitalia.net entro il 17 settembre 2020 ore 09.30 allegando ricevuta pagamento.
- **Pagamento online obbligatorio** tramite Ricarica Postepay o Bonifico: carta N 5333 1710 6734 4933 Iban: IT63A3608105138254068054075 Intestata a Manuela Marano, causale specificare il nome della competizione a cui si partecipa ed il nome e cognome atleta o società.
- Tesseramento 100%rawitalia obbligatorio €20,00 annuali. (validità un anno dalla data di emissione)
- **Corrispettivi competizione:**
1 competizione €25 – 2 competizioni €40 – 3 competizioni €50-
- Affiliazione Società €100 (per società con più di 5 atleti partecipanti €50)
- **Giorno 18 settembre** apertura pesa dalle ore 17:00 alle ore 20:00 per tutte le competizioni.
- **Giorno 19 Settembre** apertura pesa dalle ore 07.30 alle ore 09.20. Alle ore 09.30 Start Competizione Squat a seguire Bench-Press.
- **Giorno 20 settembre** apertura pesa dalle ore 07.30 alle ore 09:20. Alle ore 09.30 Start competizione Deadlift.
- Obbligatorio abbigliamento tecnico.
- Categorie e svolgimento competizione come da regolamento ufficiale 100%RawItalia.
- Premiazioni e diploma per tutti i partecipanti.
- Premiazione Assoluto Maschile e Femminile.
- La gara si terrà presso la Palestra KAIZEN ACADEMY in Viale J.F. Kennedy 283-285 adiacente supermercato Coal Sant'Egidio alla Vibrata (TE), Abruzzo.

Per Info chiamare o inviare un sms al numero 333.5682473 Presidente o inviare una mail alla segreteria Nazionale email: centoxcentorawitalia@libero.it.