

Tule kisaamaan parapenkkipunnerruksessa Malmille!



Käyntiosoite:

Sali365

Viljatie 5, 00700 Helsinki

Kisapaikalle on esteetön pääsy.

Ilmoittautuminen:

Ilmoittautuminen 4.5. mennessä ensisijaisesti Suomisportin kautta:

[Ilmoittaudu klikkaamalla tästä](#)

Osallistumismaksu:

Suomen Paravoimailijat ry:n jäsenet: 10€

Muut kilpailijat: 20€

Osallistumismaksu maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä Suomisportissa.

Kilpailuaikataulu:

- 11.5.2024
- Punnitus klo 10
- Kilpailu alkaa klo 12

Kilpailussa noudatetaan paravoimanoston sääntöjä, lajina on maksimiparapenkkipunnerrus.

Osallistujamäärästä riippuen kilpailu käydään joko yhdessä tai useammassa sarjassa.

Paras mies- ja naisnostaja palkitaan. Voittajat määritetään pDOTS-suhdeluvun avulla.

Kilpailu on kaikille avoin.

Halutessasi saat lisätietoja lajista ja kilpailusta:

Sähköpostitse: info@paravoimailijat.fi

Puhelimitse: 045 78355799

Tervetuloa mukaan!