

KEISER e BORN TO RUN

presentano il Tour Italiano

KEISER CHALLENGE

SABATO 4 FEBBRAIO 2011

1° turno: 9.30

2° turno: 13.00

Gara a tappe a percorso unificato per tutte.

Esistono solo 2 categorie: maschile e femminile.

Il vincitore della competizione sarà chi a fine gara avrà il maggior Wattaggio Medio avendo rispettato Time e Rpm.

START

5' 100 rpm

4' 70 rpm

3' 110 rpm

7' 95 rpm

4° 65 rpm

7' 60 rpm

2' 100 rpm

3' 65 rpm

3' 110 rpm

6' 70 rpm

4' 105 rpm

3' 90 rpm

6' 55 rpm

5' 110 rpm

5' 80 rpm

Profilo Tecnico Competition

KEISER
THE POWER IN HUMAN PERFORMANCE



By
PTraining
Indoor

E' obbligatorio il certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica



Born to Run LAB Terre di Canossa Fitness
Via del Conchello, 9 Canossa (RE)