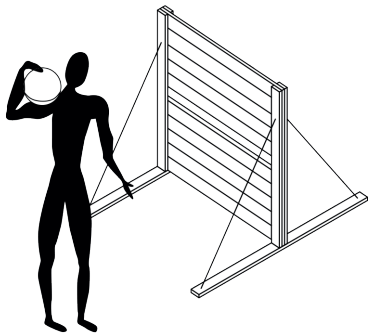




ATLAS WALL



ATLAS WALL

FORZA

OSTACOLO A TENTATIVI ILLIMITATI

L'atleta, competitivo e non competitivo, può provare l'ostacolo più e più volte. **Non c'è alcun limite sul numero di tentativi a disposizione.**

PENALITÀ

- *Competitivi*: in caso di mancato superamento l'atleta perderà **un bracciale***.
- *Non competitivi*: in caso di mancato superamento l'atleta perderà **un bracciale***.

*Per ogni bracciale perso (fino a un massimo di due) l'atleta dovrà compiere un "penalty loop" prima della finish-line.

DESCRIZIONE DELL'OSTACOLO

L'ostacolo consiste in un'atlas che dovrà essere gettata oltre a un muro. Può essere presente o meno un percorso da seguire trasportando l'atlas (vedi regolamento Atlas Carry).

COME VA AFFRONTATO L'OSTACOLO

L'atleta dovrà gettare oltre al muro e riportarlo al punto di partenza. Ci potranno essere pesi diversi per gli uomini (colore nero) e per le donne (rosso). L'atleta dovrà utilizzare unicamente il peso a lui riservato; in qualsiasi momento, potrà fermarsi per riposare, anche appoggiando a terra l'atlas, per poi ripartire dal medesimo punto in cui si è fermato. L'atlas potrà essere appoggiata sulla parte superiore del muro per poi essere lasciata cadere oltre.

Attenzione. Prima di gettare l'atlas oltre il muro assicurarsi sempre, attraverso le maglie della rete, che non siano presenti altri partecipanti oltre il muro.

COSA NON VA FATTO

- Trascinare o far rotolare il peso a terra.
- Utilizzare un'atlas non corrispondente alla propria categoria.



OCR SQUAD
FRIULI VENEZIA GIULIA

