

MASTER CLUB

sport & fitness

ПЕРВЫЙ ОТКРЫТЫЙ КУБОК ОМСКОЙ ОБЛАСТИ ПО КРОССФИТУ 26.03.2016

подача заявок:

crossfit.omsk@gmail.com

группа ВКонтakte

vk.com/crossfit_26_03_16

тел.: 8 951 427 39 95



В РАМКАХ ПРОПАГАНДЫ КРОССФИТА И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

26 марта в Омске пройдет первый открытый Кубок по КРОССФИТУ

Во всем мире кроссфит становится все более популярным, ведь несмотря на то, что этот вид спорта предполагает приложения максимума возможных усилий, он не имеет ограничений по полу и возрасту. Это сочетание различных функциональных упражнений, взятых из гимнастики, тяжелой атлетики, легкой атлетики, плиометрики, гиревого спорта, помогающие развивать выносливость, силу, гибкость, скорость, координацию.

С 2012 года кроссфит-игры проводятся в России; пока самые массовые турниры организовывались в Москве, Новосибирске и Екатеринбурге. В нашем городе соревнования по кроссфиту состоятся впервые. Состязания будут проводиться по двум дивизионам – среди профессионалов и любителей. В каждом дивизионе комплекты медалей будут разыграны отдельно среди мужчин и женщин в индивидуальном зачете.

Соревнования по кроссфиту – зрелищное и яркое мероприятие, позволяющее атлетам продемонстрировать максимум своих физических возможностей и силу духа.

**Приглашаем всех желающих принять участие в соревнованиях или прийти
поболеть за спортсменов!**