

CIERZOFC 2020 WOD 20.3

ATLETA	NOMBRE	EJERCICIOS	REPS TOTALES
ATLETA 1		DOUBLE UNDERS	
ATLETA 2		SNATCH	
ATLETA 3		S2OH	
ATLETA 4		THRUSTERS	
ATLETA 5		RING MU/ DB SNATCH	

.....

NOMBRE DEL EQUIPO _____

CATEGORÍA _____

BOX _____

CIUDAD _____

NOMBRE DEL CAPITÁN _____

TELÉFONO DEL CAPITÁN _____

EMAIL DEL CAPITÁN _____