

TEAM 19.2 RX & SC

STANDARDS de la vidéo

-Présentation :

-nom de la box

-nom de la team

-nom des 3 athlètes

-matériel utilisé: poids des wall ball, dimensions des zones HSPU, poids des kettlebells

-Le timer doit être visible durant toute la vidéo.

STANDARDS des mouvements

-Les athlètes seront placés de façon à ce que la visibilité de tous les mouvements et des standards soient respectés.

-Il n'est pas nécessaire de checker.

INFORMATIONS GENERALES

- les athlètes peuvent switcher quand ils le souhaitent.

- les synchros sur tous les mouvements sont validés en haut.

- les standards sont identiques à la phase Open 2019.