

VALHALLA GAMES

CERTIFICADO DE PARTICIPACION

NACENTA MERINAS PAU

INDEPENDIENTE

DISTANCIA: 500m

T.OFICIAL: 00:36:49 RITMO: 7:31 min/km

DORSAL: 263 POS: 1

CAT: Élite masc POS. CAT: 1



VALHALLA GAMES

COMPETICIÓN HYBRID FITNESS

ZONA 1 - REMO 500M (IND) / 1000M (DUO)

ZONA 2 - 30 BURPEE SALTANDO EL TRONCO

ZONA 3 - 40 LANZADAS INVERSA CON SACO

ZONA 4 - 50 BOX JUMP OVER

ZONA 5 - 100M FALMER CARRY

ZONA 6 - 50 ERG 500M (IND) / 1000M (DUO)

ZONA 7 - 30 DEAD BALL PASANDO POR DEBAJO DEL TRONCO

ZONA 8 - 40 GROUND TO OVERHEAD

ZONA 9 - 50 WALL BALL

ZONA 10 - ARRASTRE VALHALLA

VALHALLA FIT - INDIVIDUAL
10 ZONAS - 5KM
Correr 500m antes de cada zona.

VALHALLA DUO - PAREJAS
10 ZONAS - 5KM
Correr 500m antes de cada zona.
Correr la primera y última vuelta juntos, el resto de vueltas y todas las zonas VALHALLA se podrán repartir como queráis.

ZONA	INDIVIDUAL	DUO
ZONA 1 - REMO	500	1000
ZONA 2 - BURPEE	30	30
ZONA 3 - LANZADAS	40	40
ZONA 4 - BOX JUMP	50	50
ZONA 5 - FALMER CARRY	100	100
ZONA 6 - ERG	500	1000
ZONA 7 - DEAD BALL	30	30
ZONA 8 - GROUND TO OVERHEAD	40	40
ZONA 9 - WALL BALL	50	50
ZONA 10 - ARRASTRE	500	1000

11 DE ABRIL 2026
VILA-REAL

CENTRO DE CONGRESOS, FERIAS Y ENCUENTROS

INSCRIPCIONES



@VALHALLA.GAMES
WWW.VALHALLAGAMES.ES



SYE
Ayuntamiento de Vila-real