



AF3 - TEST 2: Challenge Loisirs Hiver 2019

Test 2

Trouver son max sur
le complex (unbroken) :
14 deadlift
+ 6 hang clean
+ 4 thrusters

Poids		14 deadlift		6 hang clean		4 thrusters	
Poids		14 deadlift		6 hang clean		4 thrusters	
Poids		14 deadlift		6 hang clean		4 thrusters	

Score : charge la plus élevée validée sur le complex : _____

Nom : _____ Score 2 : _____

Juge : _____

Catégorie : _____ Signature :