

**GOODLIFT  
MILANO**  
POWERLIFTING & FUNCTIONAL TRAINING



# Christmas Cup

*14 dicembre 2024*

## Gruppo 1

Peso 8:00 - 9:30  
Inizio gara: 10:00

Pala  
Tenorio  
Bartesaghi  
Sessi  
Alliegro  
Bison  
Cirigliano  
Boutiuc  
Marabelli  
Buset  
Giordano  
Colciaghi  
Calabrese  
Ripamonti  
Furina  
D'Alessandro  
Rossi  
Farina

## Gruppo 2

Peso 13:00 - 14:30  
Inizio gara: 15:00

Bertulio  
Orsi  
Gennari  
Esposito  
Alessandrini  
Bernabei  
Bai  
Doldi  
Dell'Orto  
Zurolo  
Camisasca  
Carletto  
Todisco  
Mazzuoccolo  
Scipione  
Mazzone  
Abd El Latif  
Proto  
Del Sasso

**GOODLIFT  
MILANO**  
POWERLIFTING & FUNCTIONAL TRAINING



# Christmas Cup

14 dicembre 2024

La competizione sarà formata da due gruppi in ordine dei pesi di entrata:

- Il primo gruppo svolgerà la gara il mattino (operazioni di peso dalle 8:00 alle 9:30 inizio gara alle 10.00);
- il secondo gareggerà il pomeriggio (operazioni di peso dalle 13:00 alle 14:30 inizio gara ore 15.00).

A fine competizione verranno premiati i primi tre classificati della categoria maschile (secondo il calcolo IPF POINTS) e le prime tre della categoria femminile; inoltre premieremo le migliori alzate maschili e femminili.

Per gareggiare è consigliato l'utilizzo del singlet ma non è obbligatorio; è invece obbligatorio indossare delle scarpe per tutte e tre le alzate (sia IPF approved che non approvate).

La gara sarà trasmessa in diretta streaming sulla pagina Instagram "goodliftmilano"

*Ti auguriamo il nostro miglior  
in bocca al lupo per la gara!*