

TIKKURILAN KAJASTUKSEN

SALIKISAT

LA 30.11. KLO 11 - 14, TIKKURILAN URHEILUTALO

Vuoden kohokohta on TiKa:n perinteiset pikkujoulujen salikisat. Ota mittaa kavereista tai selvitä oma tämän hetken kuntosi. Ilmoittaudu heti!

Tämän ultiimaalisen voimaa, staminaa ja lajinomaista seksikkyyttä vaativan kisan lajeina ovat:

- Valakyykky
- Sotilaspenkki
- Farmarikävely
- Hyppynarulla hyppiminen
- Rinnalleveto
- Hauiskääntö

Miesten ja naisten yleiset sarjat, ei painoluokituksia. Tuomareina toimivat kunkin lajin asiantuntijat.

Ilmoittaudu 29.11. mennessä oheiseen listaan.

PAIN IS TEMPORARY. PRIDE IS FOREVER



TERVETULOA KANNUSTAMAAN!