



Esports | | Actualitzat el 04/01/2019 a les 11:30

Torna el «100x100» del CN Rubí

La sisena edició del "primer repte de l'any" del club



Arriba la sisena edició del 100x100 del CN Rubí | CN Rubí

Aquest dissabte tindrà lloc la sisena edició de les 100x100 del Club Natació Rubí, un esdeveniment en forma d'entrenament obert tant per a les seccions del club com a qualsevol altre club o nedadors que vulguin afrontar el repte.

La motivació és que sigui "el primer repte de l'any", i es proposa que cada nedador realitzi 100 sèries de 100 metres cadascuna, dividint els esportistes en diversos grups que tenen establerts uns temps de sortida més o menys exigents, depenent del seu nivell.

També hi ha altres opcions en cas que algú no es vegi amb cor de completar les 100 sèries: realitzar-ne menys, descansar quan sigui necessari, fer-les de 50 o de 75 metres, o bé fer un equip de relleus.

Tots els participants rebran una bossa de participació a l'inici amb un petit avituallament tant sòlid com líquid per consumir durant i al final del repte, on hi haurà un petit esmorzar. També, seguint la dinàmica de les edicions anteriors, cada participant rebrà un diploma de participació al finalitzar l'esdeveniment.

L'edició d'enguany tindrà lloc el dissabte 5 de gener de 2019 de 8:30 h. a 12:30 hores