INSTITUTO MUNICIPAL
DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

BRAVE

PRE-VÉ

THE LAST PHOENIX®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

"MORIR Y RENACER"

UNIDAD
DEPORTIVA
MORELOS INDECO

MORELIA, MICH.

SÁBADO
03
MAYO 2025

@_THELASTPHOENIX_
@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL
DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX®

PRE-VÉ®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

REQUERIMIENTOS

"MORIR Y RENACER"

@_THELASTPHOENIX_
@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

REQUERIMIENTOS

PRINCIPIANTE

VARONIL	FEMENIL
PULL UPS	CHIN UPS
DIPS	DIPS
PUSH UPS	PUSH UPS
BOX JUMP OVER	BOX JUMP OVER
L-SIT HOLD	L-SIT HOLD
WALKING LUNGES +10 KG	WALKING LUNGES +10 KG

@_THELASTPHOENIX_

@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

REQUERIMIENTOS

SEMI-PRO

VARONIL	FEMENIL
PULL UP +10 KG	PULL UP
DIPS +20 KG	DIPS
TOES TO BAR	PUSH UPS
AÉREOS	L-SIT HOLD P-BARS
SQUAT +20 KG	SQUAT +20 KG
SQUAT BOX JUMP 50 CM. +10 KG	SQUAT BOX JUMP 50 CM.

@_THELASTPHOENIX_

@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

REQUERIMIENTOS

PROFESIONAL

VARONIL

PULL UP
+25 KG

MUSCLE UP
+10 KG

HANDSTAND
PUSH UP

L-SIT TO
HANDSTAND

HANDSTAND
WALK

PISTOL SQUAT
+10 KG

AÉREOS

FEMENIL

PULL UP
+15 KG

TOES TO
BAR

HANDSTAND
HOLD Y WALK

PULL OVER

DIPS
+20 KG

PISTOL SQUAT
+10 KG

AÉREOS

@_THELASTPHOENIX_
@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

REQUERIMIENTOS

PHOENIX

VARONIL	FEMENIL
MUSCLE UP +20 KG	MUSCLE UP +5 KG
ONE ARM PULL UP	ENANITO A HANDSTAND
FRONT LEVER	FRONT LEVER STRADDLE
DIP +40 KG	DIPS +30 KG
90° HANDSTAND PUSH UP	HANDSTAND WALK
PISTOL SQUAT +20 KG	PISTOL SQUAT +15 KG
AÉREOS +10 KG	AÉREOS

@_THELASTPHOENIX_

@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX®

PRE-VÉ®

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

DATOS PARA INSCRIPCIÓN

NOMBRE COMPLETO

EDAD

CATEGORÍA

TALLA DE PLAYERA

CIUDAD Y ESTADO

EQUIPO

INSTAGRAM

NÚMERO TELEFÓNICO

CORREO ELECTRÓNICO

FOTOGRAFÍA DEL ATLETA
(ENVIARLA EN HD DE SER POSIBLE)

"MORIR Y RENACER"

@_THELASTPHOENIX_
@PRE_VE_

INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

THE LAST PHOENIX

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

PRE-VÉ

KIT

DE INSCRIPCIÓN

PLAYERA OFICIAL

BOX LUNCH

HIDRATACIÓN

PREMIOS A LOS PRIMEROS 3 LUGARES

CERTIFICADO DE PARTICIPACIÓN A LOS PRIMEROS 5 LUGARES

TERAPIA EXPRESS PRE O POST COMPETITIVA

TALLERES / WORKSHOPS

44 37 30 79 34

@_THELASTPHOENIX_

INSTITUTO MUNICIPAL
DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

PRE-VÉ

THE LAST PHOENIX

CALISTHENICS CHAMPIONSHIP

DATOS PARA PAGO

BBVA

MasterCard

4152 3137 6219 0234

DANIELA DURÁN SOSA

EN EL CONCEPTO DEBE IR EL NOMBRE DE LA PERSONA QUE REALIZA EL PAGO.

44 37 30 79 34

ENVIAR SU COMPROBANTE DE DEPÓSITO O SPEI PARA IDENTIFICAR SU PAGO.

@_THELASTPHOENIX_
@PRE_VE_

LINK DE DRIVE

FOTOS Y VIDEOS TLP 2024

DAR CLICK