



COMPÉTITION MILITAIRE D'HALTÉROPHILIE



JEUDI 20 NOVEMBRE 2025

Levées à exécuter : Flexion sur jambes, développé couché, soulevé de terre

La pesée aura lieu entre 15 h et 16 h

La compétition commenceront à 18 h

La compétition se déroulera dans la zone d'entraînement
Rogue du Complexe sportif «Fieldhouse»

**Tous les participants doivent
s'inscrire avant la fin de la journée
du 13 novembre 2025 auprès de
Jonathan Menjivar ou Les Gilson**

Tous les militaires intéressés sont priés de prendre
contact avec Jonathan.Menjivar@forces.gc.ca
ou Les.Gilson@forces.gc.ca

Remarque : cette compétition suivra les règles de l'IPF en matière équipement personnel et de catégories de poids.