

ATLETAS

MURPHY ADES[®] 2025 MÉRIDA

Este evento es organizado junto con:



**METRO
ATLETIK**

EVENTO DEPORTIVO/TEST FÍSICO INDIVIDUAL.
31 DE MAYO DE 2025

ATLETAS

MURPHY-BY ADES[®] 2025 MÉRIDA

Este evento es organizado junto con:

ultrabikex
fit zone
MÉRIDA VENEZUELA

RETRO
ATLETIK

EVENTO DEPORTIVO/TEST FÍSICO INDIVIDUAL.

31 DE MAYO DE 2025

EVENTO DEPORTIVO TEST FÍSICO INDIVIDUAL

A realizarse en las instalaciones del complejo deportivo METROATLETIK y la recta al estadio metropolitano de zumba el día 31 DE MAYO DE 2025 A PARTIR DE LAS 7:00 AM.

120-150
ATLETAS

500-900
ASISTENTES

4 CATEGORÍAS

TEENS SUB 18
ESCALADO
SUB-MASTER +35
AVANZADO

FEMENINO-MASCULINO

QUE ES EL MURPH?

El MURPH es el Hero WOD (Workout of the day= Entrenamiento del día) más famoso del CrossFit a nivel mundial y está compuesto por el siguiente esquema de trabajo:

1 milla de carrera
100 Pull ups
200 Push ups
300 Squats
1 Milla de carrera

MURPH^{By}
ADES[®]
2025
MÉRIDA

Esta será la 6ta edición organizada y promovida por ADES en la ciudad de Mérida, con más de 1500 participantes en ediciones anteriores incluyendo otras ciudades del país, estamos listos para ejecutar una nueva experiencia fitness del más alto nivel en la ciudad donde nos presentemos, como un ente que promulgue la dinámica del deporte y el emprendimiento con la energía a tope

Un evento Organizado por:

ADES®

ES una marca de diseño deportiva, creamos equipamientos, accesorios, indumentaria y productos para el entrenamiento desde 2017.

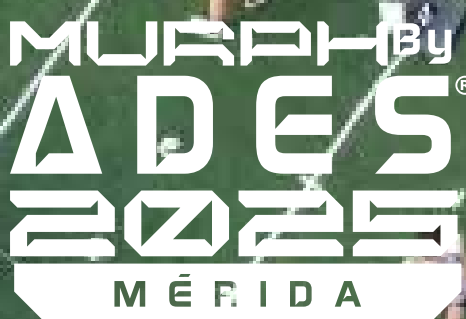
DATOS IMPORTANTES

- *Además de organizar eventos, hemos sido sponsors y equipadores deportivos de las competencias fitness más importantes del país.
- *Los atletas de categoría Avanzado y Escalado utilizan nuestros chalecos de entrenamiento ADES WEIGHT VEST.
- *Crearemos una extraordinaria experiencia atlética y de fitness, inolvidable para visitantes, participantes, aliados, staff y sponsors.

ACERCA DEL EVENTO

10 Heats de 20 participantes cada uno con un time cap que varía dependiendo de la categoría y va de 45 min para novatos a 55 minutos para avanzados.

CATEGORIAS y STANDARS		CUPOS
Avanzado Femenino	Utiliza chaleco y hace completo el Murph	10
Avanzado Masculino	Utiliza Chaleco y hace completo el Murph	30
Escalado Femenino	Utiliza chaleco y hace medio Murph	30
Escalado Masculino	Utiliza chaleco y hace medio Murph	30
Novato Femenino	No utiliza chaleco y Hace medio Murph	30
Novato Masculino	No utiliza chaleco y hace completo el Murph	30
Master Femenino + 35	Utiliza chaleco y hace medio Murph	10
Master Masculino + 35	Utiliza chaleco y hace completo el Murph	10
Teen Sub 18 Femenino	No utiliza chaleco y Hace medio Murph	10
Teen Sub 18 Masculino	No utiliza chaleco y hace completo el Murph	10
TOTAL DE CUPOS DISPONIBLES		200



¿CÓMO SERÁ EL EVENTO?

COMPLEJO

METRO
ATLETIK

MURPHYBy
ADES
2025
MÉRIDA



1 Cancha 1 Competition
Arena: Área para el rack
y el desarrollo de la
competencia

2 Cancha 2 Espectadores:
Área para público,
acompañantes y
espectadores, ADES
STAND, AREA COMERCIAL
para emprendimientos.

3 Warming up zone :
Espacio de calentamiento
pre competitivo para
atletas en el interior
del Gimnasio.

4 Zona de carrera: a lo
largo de la recta al
estadio Metropolitano
(Av. Principal de Zumba).

! ESTE AÑO SI LO HARÁS!

- **ELIGE UNA CATEGORÍA Y UNA ENTRADA**
- **COMPLETA TU REGISTRO**
- **PREPARATE Y EQUIPATE!**

Además de una extraordinaria premiación aportada por nuestros sponsors y ADES, EL atleta participante disfrutara de una experiencia deportiva del más alto nivel, en una prueba exigente dotada de todas las medidas preventivas para su desarrollo, utilizaremos los más altos estándares de jueceo, cobertura audiovisual única en su tipo, con entrevistas y seguimiento de los protagonistas del fin de semana. .



Para aclarar cualquier duda ò consulta de información adicional
escribenos al 0412-0773707.

PRÓXIMAMENTE

ACES.COM.ME

MURPHY^{By}
ADES[®]
2025
MÉRIDA

31 DE MAYO
DE 2025