

RIF : J-410683996

# MURPH CHALLENGE BY ADES<sup>®</sup> MÉRIDA 2024

*Este evento es organizado junto con:*

ultrabikex  
fit zone  
MÉRIDA VENEZUELA



**PRESENTACIÓN PARA  
ATLETAS**

# ¿QUÉ ES ADES®?

SOMOS una marca de diseño deportiva enfocada en la creación de equipamientos, accesorios, indumentaria deportiva y productos para el entrenamiento y la preparación física, nacidos en Mérida en 2017.

Hemos fungido como proveedor de equipos deportivos y sponsor de las competencias de funcional fitness y Crossfit más importantes en Venezuela y Colombia teniendo un reconocimiento y amplia aceptación del mercado nacional e internacional conformado por comunidad de gimnasios, box y consumidores.

Recorrimos el país, siendo reconocidos como un sponsor de primer nivel para competencias de este tipo en diferentes ciudades como, Aragua, Anzoátegui, Bolívar, Carabobo, Monagas, Nueva Esparta, Portuguesa, Zulia entre otras.

## ¿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

El atleta de categoría avanzado ejecuta el WOD utilizando un chaleco lastrado, situación que complica dramáticamente el desarrollo del mismo.

Esta será la 5ta Edición organizada y promovida por ADES, con mas de 1000 participantes en las ediciones anteriores, nos preparamos para consolidar nuestro evento a Nivel nacional, buscamos replicar la experiencia que hemos tenido en dos ediciones en Caracas, en otras ciudades a nivel nacional.

# ACERCA DEL EVENTO

EL MURPH CHALLENGE BY ADES se realizará el El día sábado 25 de Mayo de 2024 a partir de las 7:30 AM. En las instalaciones del complejo Metroatletik en Zumba.

Buscamos crear una grandiosa exhibición atlética y de fitness, una experiencia inolvidable para todos los participantes, aliados, staff y sponsors.

Desde nuestra primera edición en 2019 equipamos el evento en las categorías Avanzado y escalado con nuestros chalecos de entrenamiento ADES WEIGHT VEST, y para este año presentamos un diseño renovado (que se estrenara el día del evento) con peso de 20Lb para hombres y 14Lb para mujeres.

El evento está planteado para realizarse en un máximo de 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, con el objetivo de que el evento sea culminado por la mayor cantidad de atletas participantes.

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

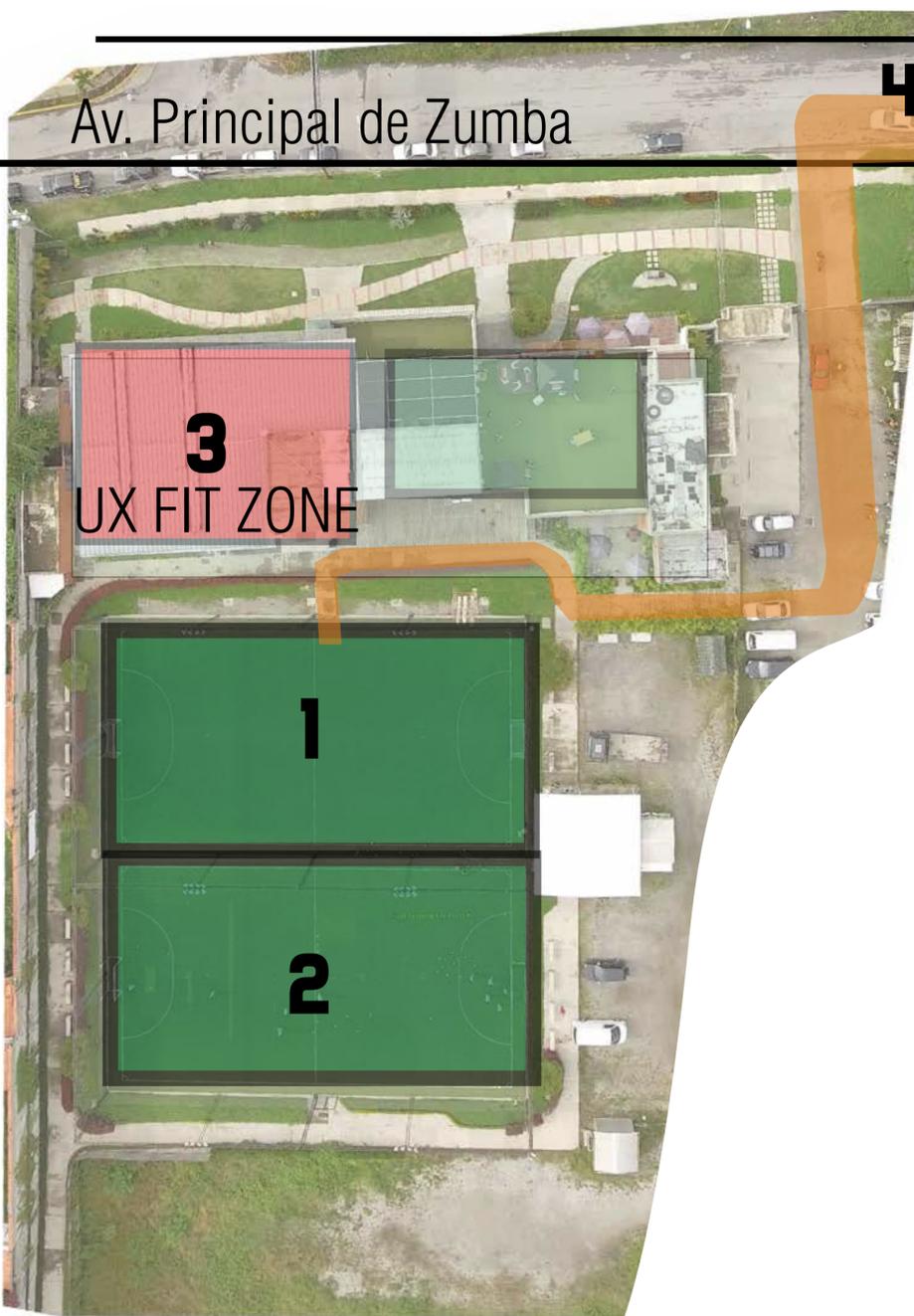
OJO: La disposición y cantidad de cupos disponibles por categoría puede variar dependiendo de la demanda y existencia de atletas en una determinada categoría.

**MURPH**  
CHALLENGE By  
**ADES**  
2024



# ¿COMO SERÁ EL EVENTO?

Cinco (5) espacios del complejo deportivo y las adyacencias del mismo distribuidos de la siguiente forma:



**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).

## Mira el cómo fue nuestra 4ta edición



**Haz click aquí**





# **HAZ EL MURPH**

***Elige una categoría  
Una entrada y completa tu  
proceso de inscripción.***

Además de la premiación extraordinaria aportada por nuestros sponsors y a cargo de ADES, el atleta participante disfrutara de una experiencia deportiva de nivel internacional, en uno de los workouts más desafiantes que existen en el planeta, utilizaremos los más altos estándares de jueceo, cobertura audiovisual única en su tipo, con entrevistas y seguimiento de los protagonistas del fin de semana, quienes serán retratados para un video de recapitulación producido en conjunto con el evento.



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

adesinc.ve@gmail.com

**ADES.COM.VE**



**MURPH**  
CHALLENGE BY  
**ADES**<sup>®</sup>  
**2024**

**25 DE MAYO DE 2024**