

RISULTATI #CHALLENGEDAYS

IRON CHALLENGE						
DONNA						
1	SOFIA PASTORI					
	WALL SIT	6'58"58				
	SALTO DELLA CORDA	143				
	PLANK	7'01"				
	PUSH UP	48				
	GALLEGGIAMENTO	5'54"26				
	STRETCHING	-28cm				
	SPALLE	2'04"37				
	PULL UP	10				
UOMO						
1	FRANCESCO ZUCCON		MICHELE LICAUSI		MORELLI ALESSANDRO	
	WALL SIT	5'01"	WALL SIT	4'21"	WALL SIT	49"
	SALTO DELLA CORDA	138	SALTO DELLA CORDA	156	SALTO DELLA CORDA	27
	PLANK	8'17"	PLANK	6'27"	PLANK	1'30"
	PUSH UP	53	PUSH UP	44	PUSH UP	8
	GALLEGGIAMENTO	2'35"	GALLEGGIAMENTO		GALLEGGIAMENTO	32"
	STRETCHING	-18cm	STRETCHING	-22cm	STRETCHING	0cm
	SPALLE	1'30"	SPALLE	1'33"	SPALLE	41"
	PULL UP	13	PULL UP	6	PULL UP	1

PLANK								
DONNA				UOMO				
1	Florinda Tomaiuolo	10'08"				1	Paolo Marani	8'
2	Ursula Orlando	9'10'				2	Edoardo Bascialla	7'18"
3	Desire Rodoquino	8'20"				3	Luca Crepaldi	6'23"
4	Amanda Sonzogni	8'00"				4	Elio Turri	6'02"
5	Simona Ameiroaei	8'00"				5	Marco Heineger	6'01"
6	Chiara Gottardi	7'07"				6	Mauro Marinoni	6'
7	Nadia Domenica Cossia	5'33"				7	Guido Barbieri	4'27"
8	Monforte Margherita	4'31"				8	Leopoldo Cuda	4'01"
9	YiYun Liang	4'21"				9	Renato DeGiorgio	3'55"
10	Lucia Cancellara	4'01"				10	Pierluigi Bonini	3'50"
11	Manco Maria Teresa	4'00"				11	Davide Colombo	3'36"
12	Chiara Casati	3'00"				12	Enrico Zanotti	3'11"
13	Michela Lanzafame	3'34"				13	Giuseppe Ponzoni	3'07"
14	Marta Maglione	2'30"				14	Roberto Raimondi	3'05"
15	Michela Ravaioli	2'57"				15	Mirko Gazzano	3'01"
16	Gaia Barison	2'34"				16	Simone Scazzosi	2'50"
17	Elisabetta Manca	2'10"				17	Cesare Morosi	2'30"
18	Elisabetta Arcoleo	1'37"				18	ANDREA ROCCA	2'25"
19	Giorgia Avagliano	1'33"				19	Domenico Caprino	1'58"
20	Elisa Clerici	1'22"				20	Franco Pincioli	1'20"
21	Lucia Frontini	1'2"				21	Francesco Dorè	1'10"
22	Ilenia Clasadonte	2'00"						
23	Eelena Salmoiraghi	1'54"						
24	Linda Giudici	1'30"						
25	Claudia Maglia	1'26"						
26	Florenzia Lucia	1'02"						
27	Donatella Pellizzari	50"						
28	Valentina Raimondi	31"						

STRETCHING								
	DONNA			UOMO			OVER	
1	Cicciarella Francesca	-35cm	1	Simone Monte	-20.5cm	1	Tognolo Emanuela	-22.5cm
2	Macchi Sofia	-23cm	2	Romeo Galleni	-18cm	2	Monica Marzolo	-21cm
3	Rossetti Sonia	-23cm	3	Andrea Pernigotto	-18cm	3	Veronica Brandao	-20cm
4	Linda Giudici	-22cm	4	Davide Colombo	-17cm	4	Paola Pontigia	-20cm
5	Federica	-22cm	5	Francesco Balletta	-15cm	5	Barbara Vigna	-19cm
6	Ramona Frasisti	-21cm	6	Ronald Rodriguez	-15cm	6	Antonietta	-17cm
7	YiYun Liang	-21cm	7	Sinopoli Massimo	-15cm	7	Maria Luisa Lazzati	-16cm
8	Don Ferri Beatrice	-20cm	8	Syrza Xhafaj	-14cm	8	Maurizio Garascia	-15cm
9	Chiara Meroni	-20cm	9	Samuel N'Dour	-12.5cm	9	Walter Pogliani	-13cm
10	Lucrezia Palma	-20cm	10	Gabriele Sciancalepore	-12cm	10	Caterina Doldo	-12.5cm
11	Laura Landonio	-20cm	11	Franco Pisoni	-12cm	11	Carsenzuola Elvia	-12cm
12	Nadia Domenica Cossia	-20cm	12	Mattia Piaser	-11cm	12	Depiano Carmela	-11.5cm
13	Ruschena Sabrina	-20cm	13	Alessandro Santini	-10cm	13	Enrica Zegra	-11.5cm
14	Martina Crizman	-20cm	14	Mirco Rossi	-10cm	14	Rosaria De Padua	-11cm
15	Chiara Calloni	-19.5cm	15	Luciano Muas	-10cm	15	Angela Ndoka	-10cm
16	Monica Branca	-19cm	16	Norberto Gagliardi	-10cm	16	Roberto Raimondi	-10cm
17	Sara Mabrouck	-17.5cm	17	Edoardo Murro	-10cm	17	Dario Megonda	-9cm
18	Daniela Saporito	-17cm	18	Benvegnù Simone	-10cm	18	Rosetta Penna	-6.5cm
19	Laura Castelli	-17cm	19	Cento Stefano	-10cm	19	Danilo Diomaiuta	-6cm
20	Salerno Tina	-17cm	20	Oswaldo Cancani	-9cm	20	Giuseppe Russo	-6cm
21	Calò Alessandra	-16cm	21	Cesare Maraggia	-8cm	21	Giorgio Borsa Crespi	-5cm
22	Chicca Marianna Vignati	-15cm	22	Massimo Ghisimberti	-8cm	22	Frontini Luigia	-3cm
23	Arianna Pasini	-15cm	23	Carlo Volente	-7cm	23	Mauro Torno	-3cm
24	Alessia Belviso	-15cm	24	Giovanni D'Aniello	-6cm	24	Danilo Motti	-3cm
25	Lucia Paola Bianchi	-13.5cm	25	Stefano Cesati	-6cm	25	Attilio Moroni	-1cm
26	Jasmine Zampieri	-13.5cm	26	Franco Suigo	-5cm	26	Flavio Camozzi	1cm
27	Anna Boselli	-13.5cm	27	Luca Luciano	-4cm			
28	Clara Bienati	-13cm	28	Enaudio Cutitta	-3cm			
29	Eleonora Colombini	-12cm	29	Paolo Rimoldi	-2.5cm			
30	Francesca Pugliese	-12cm	30	Luca Lepori	-2cm			
31	Benedetta Bertolani	-11cm	31	Marco Napoli	-2cm			
32	Licia Civinini	-11cm	32	Franco di Bernardo	-2cm			
33	Bianchi Anamaria	-10cm	33	Andrea Tiburzi	-2cm			
34	Lucia Roveda	-10cm	34	Davide Canavesi	-1cm			
35	Monica Posca	-10cm	35	Antonio Buonuomo	-1cm			
36	Greco Luisiana	-9.5cm	36	Raffaele Lomgo	0cm			
37	Sara Cozzi	-9.5cm	37	Livio Bordignon	0cm			
38	Federica Ghidotti	-3.5cm						
39	Valentina Vendini	-2.5cm						

