

BRUTIUM BATTLE 2016

Domenica 28 Febbraio 2016 presso il la sede di CrossFit Armature di Lamezia terme, si è svolta la "**Brutium battle**", competizione CrossFit a squadre.

L'Evento nella sua già seconda Edizione ha riempito il Box (così viene definita la sede dove si pratica questa disciplina) di CrossFit Armature, Unica sede ufficiale della zona di Lamezia Terme.

Squadre provenienti da tutta Calabria, composte da 4 atleti, due ragazzi e due ragazze, suddivise in 3 categorie, **Beginner (principianti)**, **Scaled (intermedia)** ed **Elite (categoria di più alto livello)**, si sono dati battaglia in dei work out oltre il limite.

Il CrossFit, è disciplina a tutti gli effetti dagli effetti estetico/salutari indiscussi, e La Brutium Battle come CrossFit Team competition ha dato dimostrazione dell'aggregazione Sportiva che la disciplina stessa ha negli standard didattici.

La Competizione è stata Magistralmente organizzata e condotta da Manolito Coquelin, Owner/Coach di CrossFit Armature, nonché preparatore atletico, personal trainer affermato da 20 anni nel settore e Formatore di istruttori della disciplina Cross Training presso L'ente di Promozione Sportiva del Coni C.S.E.N.

C.S.E.N. (Centro Sportivo Educativo Nazionale, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI) comitato provinciale di Catanzaro è stato promotore anch'esso di questa manifestazione, inserendo la stessa nell'ambito del nutrito calendario di eventi organizzati sotto la propria egida.

Il presidente del comitato Francesco de Nardo si è detto molto soddisfatto della ottimale riuscita dell'evento, sia dal punto di vista aggregativo che da quello educativo.

La competizione ha visto, nella massima **Categoria Elite**, **A.S.D. CrossFit Catanzaro** del Coach Giuseppe Bifano piazzarsi al primo posto DOPO OTTIMA PRESTA PRESTAZIONE, al secondo posto, a causa di una penalità in partenza ma con un ottimo recupero **A.S.D. CrossFit Armature** capitanata dallo stesso Coach Manolito Coquelin, al Terzo Posto **A.S.D. Team Pudano** del Coach Alfredo Pudano.

Nella **Categoria Scaled**, il primo posto va a **A.S.D. CrossFit Reggio Calabria** del Coach Andrea Gattuso, al secondo posto Il team di **cross3B** di Trebisacce, e al terzo posto **CrossFit Catanzaro**.

Nella **Categoria Beginner** al primo e al terzo posto va **CrossFit Armature**, il coach Coquelin di Lamezia Terme impone, e al secondo posto **CrossFit Catanzaro**.

Qualche domanda al Coach coquelin – Come vede il futuro di questa disciplina in Calabria?

“Il CrossFit è in Continua Crescita in tutto il mondo, anche in Calabria si sta imparando a conoscerlo ed amarlo, molto imitato purtroppo a discapito dei clienti di tanti centri sportivi.

- **C'è un modo per capire chi può insegnare la disciplina?**

“ Si sul sito ufficiale di crossFit.com esiste la Trainer Directory per poter verificare i Coach Ufficiali, per poter insegnare la disciplina bisogna avere un CrossFit L1 Certificate. In ambito CONI invece occorre aver conseguito diploma di cross Training, che utilizza suddetto metodo, presso l'ente C.S.E.N. che forma e rilascia certificazioni riconosciute dal C.O.N.I. e dal ministero degli interni.

- **Abbiamo visto che hai partecipato anche tu alla gara nella massima categoria, hai ancora l'età per questa disciplina?**

“ Si certo, ho 25 anni di agonismo alle spalle in varie discipline, ma a 38 anni oggi si è ancora in piane forze, e nel crossFit abbiamo atleti di 70 anni che ci fanno mangiare la polvere, è uno sport adatto a tutti! Mi ha dato modo di non lasciare lo Sport agonistico e lo ringrazierò a vita!

- **Prossima data dell Brutium Battle?**

Ci sarà il Trowdown Estivo e nel 2017 sicuramente la 3° edizione, sperando di poter ampliare la competizione ai Team di tutta Italia molto presto.....nell'attesa...**”Metti L'Armatura”!**