



# FINAL - SCORECARD

Japan Championship 2024 [FINAL]  
SATURDAY, NOVEMBER 2, THROUGH SUNDAY, NOVEMBER 3

## EVENT 5 COMPETITOR - ELITE

### EVENT 5

Unbroken Randy

For time

75 Power snatch

Time Cap 7 min

### WORKOUT VARIATIONS

Men 35kg / Women 25kg

Power snatch

Unbroken Randy

For every break

Perform 6 Bar facing burpee

※オーバーヘッドポジション  
からのドロップはノーレップ  
とする

75 Power snatch	5	10	15
	20	25	30
	35	40	45
	50	55	60
	65	70	75

Unbroken Randy For every break Perform 6 Bar facing burpee

6 Bar facing burpee	
---------------------	--

Time OR Reps at 7 Minutes \_\_\_\_\_

## EVENT 1 COMPETITOR - Elite

HEAT No. \_\_\_\_\_ LANE No. \_\_\_\_\_

JUDGE NAME \_\_\_\_\_

ATHLETE NAME \_\_\_\_\_

Time OR Reps \_\_\_\_\_

上記のスコアが正確であることを確認しました。

選手サイン \_\_\_\_\_ 日付 \_\_\_\_\_



# FINAL - SCORECARD

Japan Championship 2024 [FINAL]  
SATURDAY, NOVEMBER 2, THROUGH SUNDAY, NOVEMBER 3

## EVENT 5 COMPETITOR - Rx'd

### EVENT 5

Randy

For time

75 Power snatch

Time Cap 5min

### WORKOUT VARIATIONS

Men 35kg / Women 25kg

Power snatch

※オーバーヘッドポジション  
からのドロップはノーレップ  
とする

75 Power snatch	5	10	15
	20	25	30
	35	40	45
	50	55	60
	65	70	75

Time OR Reps at 5 Minutes \_\_\_\_\_

## EVENT 5 COMPETITOR - Rx'd

HEAT No. \_\_\_\_\_ LANE No. \_\_\_\_\_

JUDGE NAME \_\_\_\_\_

ATHLETE NAME \_\_\_\_\_

Time OR Reps \_\_\_\_\_

上記のスコアが正確であることを確認しました。

選手サイン \_\_\_\_\_ 日付 \_\_\_\_\_