

# COGITO ERGO... HO SBAGLIATO PALESTRA!

Buongiorno o buonasera (a seconda di quando stai leggendo) a voi, ammasso di atleti non pensanti!

Con questo documento si dà ufficialmente il via alla **prima edizione dei Crosscave Open**, un torneo che celebra gli atleti più poliedrici (sì, poliedrico... controllate pure sul vocabolario) pronti a mettersi in gioco e dimostrare la loro versatilità.

## CALENDARIO DELLA MANIFESTAZIONE

### APPUNTAMENTI LIVE

 **Giovedì 13 Marzo** – *Big Surprise in Crosscave.*

---

### SETTIMANA 1

 **Martedì 4 Marzo** – **Special Event: Mardi Gras**

Allenamento in maschera con premiazione immediata!

 1 punto per il travestimento più spettacolare.

 1 punto extra per chi ricondivide la storia ufficiale CC.

 **Mercoledì 5 Marzo** – **WOD Open #1**

Il primo appuntamento con i circuiti ufficiali di qualificazione ai CrossFit Open!

 **Giovedì 6 Marzo** – **Social Challenge**

Una minisfida d'intelligenza firmata Crosscave. La squadra vincitrice porta a casa 1 punto bonus!

 **Venerdì 7 Marzo** – **Challenge Bonus**

Sfida speciale!

 1 punto per la squadra vincitrice.

 1 punto extra per chi ricondivide la storia ufficiale CC.

---

### SETTIMANA 2

 **Lunedì 10 Marzo** – **Special Event: Memorabilia** (*dettagli da annunciare!*)

 **Martedì 11 Marzo** – **Challenge Bonus**

 1 punto per la squadra vincitrice.

 1 punto extra per chi ricondivide la storia ufficiale CC.

### 🔥 Mercoledì 12 Marzo – WOD Open #2

Secondo round dei circuiti ufficiali di qualificazione ai CrossFit Open!

### 🧠 Giovedì 13 Marzo – Social Challenge

Nuova minisfida d'intelligenza. La squadra vincitrice porta a casa 1 punto bonus!

### ⚖️ Venerdì 14 Marzo – Judge WOD

Un circuito con giudice ufficiale per scalare la classifica!

🏆 1 punto per la squadra vincitrice.

📱 1 punto extra per chi ricondivide la storia ufficiale CC.

---

## SETTIMANA 3

### 🎤 Lunedì 17 Marzo – Special Event: Catch Phrase *(dettagli da annunciare!)*

### ⚖️ Martedì 18 Marzo – Judge WOD

🏆 1 punto per la squadra vincitrice.

📱 1 punto extra per chi ricondivide la storia ufficiale CC.

### 🔥 Mercoledì 19 Marzo – WOD Open #3

Terzo e ultimo appuntamento con i circuiti ufficiali di qualificazione ai CrossFit Open!

### 🧠 Giovedì 20 Marzo – Social Challenge

Ultima minisfida d'intelligenza. La squadra vincitrice si aggiudica 1 punto bonus!

### ⚡ Venerdì 21 Marzo – Challenge Bonus

🏆 1 punto per la squadra vincitrice.

📱 1 punto extra per chi ricondivide la storia ufficiale CC.

---

## 🇮🇹 PUNTEGGI

✓ **2 punti** per ogni partecipante ai WOD Open del mercoledì.

✓ **1 punto** per ogni partecipante alle challenge del martedì e del venerdì.

📌 *NB: I punti delle challenge sono cumulabili tra loro, ma non con quelli del WOD Open. Il massimo ottenibile per ogni settimana è 2 punti.*

## 🏆 PUNTEGGI BONUS

🏆 **1 punto extra** per chi affronta il WOD Open in versione RX *(decisione a discrezione dello staff Crosscave in base alle capacità dell'atleta).*

🏆 **1 punto** al vincitore degli Special Event + 1 punto extra per la ricondivisione social (se richiesta).

 **1 punto** al vincitore delle Challenge + 1 punto extra per la ricondivisione social (se richiesta).

 *NB: I punti delle challenge non sono cumulabili. Ogni settimana ci saranno due vincitori diversi (in caso di doppia vittoria, il secondo classificato della seconda challenge sarà premiato).*

 **1 punto bonus** alla squadra vincitrice delle Social Challenge.

---

 **CLASSIFICHE E PREMI: TO BE ANNOUNCED!**

 **STAY HUNGRY... STAY A CASA!**