

Februar 2024
Ausgabe 8

CROSSFIT 1860

Newsletter



1860
CrossFit

Du findest in dieser Ausgabe:

FOTOTERMIN
WICHTIGE TERMINE
MARCH MERCH OFFER
COACHES

Liebe CrossFitter,

wir freuen uns, dass wir wieder nur positives zu berichten haben. Wir sind stolz auf unsere Community und freuen uns, dass du fleißig trainieren kommst. Einige Wettkämpfe stehen an. Ernährung schreiben wir groß und wir wollen uns von unserer besten Seite zeigen.

FOTOTERMIN

WIR WOLLEN DICH!

Diesen Samstag, 02.03.2024 findet von 16 bis 18 Uhr unser nächster Fototermin statt. Wir freuen uns, dass Maayan, professioneller Fotograf uns hier unterstützt. Die Hauptrollen für die Flyer werden gesondert informiert. Dennoch würden wir gerne ein Paar Fotos für weitere Aktionen aufnehmen und brauchen freudige Teilnehmer. Melde dich bis spätestens Donnerstag, den 01.03.2024 per Mail bei crossfitbremen1860.de.



WICHTIGE TERMINE

NOTIERE SIE DIR UND SEI DABEI!

Open Workouts:

Sa., 02., 09. und 16. März 2024 10 und 11 Uhr Classes.

Der Coach skaliert die Übungen gerne für dich.

German Teen Showdown (Finals in Herne):

Samstag, 27. April 2024

Qualifier Battle of the Lyon:

01.-21. April 2024

1860 Throwdown:

Sonntag, 02. Juni 2024 10-15 Uhr

SAVE THE DATE

Ernährung leicht gemacht

Kostenloser Workshop bei Julio

Samstag
09.03.2024 15-16 Uhr



Wir haben noch neun freie Plätze.
Melde dich jetzt über Wodify an
oder schreibe eine Mail an
crossfit@bremen1860.de

MARCH MERCH OFFER

PLATZ FÜR DIE NEUEN HOODIES

schwarzer Hoodie in XL Unisex: 25 Euro

hellgraue Shirts unisex: 12 Euro

schwarze Shirts unisex: 12 Euro

weiße Shirts kids: 12 Euro

Den neuen weißen Hoodie mit rotem Logo auf der linken Brust, bekommt ihr für 40 Euro.

Die Damen Tank Tops sind bestellt.
Du hast Interesse? Du möchtest dir die Kollektion anschauen oder anprobieren?
Frag deinen Coach!



GLÜCKWUNSCH AN DIE VIER FINALISTEN DES GERMAN TEEN SHOWDOWNS



VERÄNDERUNGEN BEI DEN COACHES

ES IST IMMER JEMAND FÜR DICH DA!

Es hat sich einiges im Trainerteam verändert.

Christian hat die Montags-Classes übernommen.

Eli coacht weiterhin alle Alterklassen und die Mobility-Class.

Erik ist fest für die AG-Kids und das Pump- und Krafttraining zuständig, springt aber immer mal wieder ein.

Giannis bleibt Springer. Ab März ist er wieder mehr in der Box.

Julio bleibt Springer und gibt die Ernährungsworkshops.

Nina coacht die Kids-und Teens-Class am Mittwoch.

Nora ist seit Januar neu bei uns und coacht Adults-Classes.

Renee ist noch im Weightlifting und vertritt Adult-Classes.

Ro bleibt bei seinem Donnerstag und vertritt weitere Classes.

Wir alle sind dabei uns fleißig fortzubilden, um euch noch besser unterstützen zu können. Feedback gerne jederzeit an crossfit@bremen1860.de

Danke fürs Lesen und bis ganz bald in der Class!

Dein CrossFit 1860 Team.

crossfit@bremen1860.de

**"THE ONLY BAD
WORKOUT IS THE
ONE YOU DIDN'T
DO."!**



**COACHES
UNDER
CONSTRUCTION**

NEW PICS COMING