

April 2023  
Ausgabe 1

# CROSSFIT 1860

Newsletter



Was findest du in dieser  
Ausgabe:

NEUE CLASS  
1860 THROWDOWN  
GERMAN TEEN SHOWDOWN  
KINDERGEBURTSTAGE  
WEIGHTLIFTING

*Liebe CrossFitter,*

*unsere Community ist über die letzten Monate schnell gewachsen. Darüber freuen wir uns sehr. Um dich informiert zu halten, haben wir uns für diesen monatlichen Newsletter entschieden. Wir informieren dich über Wichtiges aus der Community, über Classes, Competitions und alles rund um CrossFit. Schreib uns gerne eine Mail an [crossfit@bremen1860.de](mailto:crossfit@bremen1860.de), solltest du spezielle Wünsche haben.*

## NEUE CLASS

WIR ERWEITERN UNSERE CLASSES

Ab sofort kannst du auch dienstags von 8:30-9:30 Uhr morgens an einer Class teilnehmen. Schau immer mal bei Wodify rein, um über neue Termine zu erfahren. Schreib uns gerne, falls du eine Zeit hast, zu der du gerne trainieren würdest. Wir sind immer offen für neue Termine.

# 1860 THROWDOWN

## ZWEITER INTERNER CROSSFIT WETTKAMPF

Am Samstag, den 03.06.2023 findet von 10 bis ca.13 Uhr unser zweiter interner CrossFit Wettampf für Kids, Teens und Adults statt. Im Anschluss würden wir uns über ein Beisammensein mit Buffet "bring your own and share" freuen.

Für die Adults und Teens gibt es 3 Workouts in Teams of 2. Wenn ihr noch keinen Teampartner habt, meldet euch gerne bei den Coaches, damit sie euch helfen einen Partner zu finden. Die Kids machen 2 Workouts und brauchen keinen Partner.

Der Wettkampf finde sowohl auf dem Rasenplatz von Bremen 1860, als auch in der CrossFit Box statt.

Jetzt auf Wodify und/oder den Listen in der Box anmelden!  
Anmeldegebühr Adults: 10€ (Zahlung bar in der Box)  
Anmeldegebühr Kids/Teens: 5€ (Zahlung bar in der Box)

Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen. Es wird auch dieses Jahr wieder eine Siegerehrung, Urkunden und Preise geben. Anfeuernde Familienangehörige und Freunde sind erwünscht und zahlen keinen Eintritt.

Für Fragen stehen dir die Coaches immer zur Verfügung.

# GERMAN TEEN SHOWDOWN

## VIER UNSERER TEENS HABEN SICH FÜRS FINALE QUALIFIZIERT.

Diesen Samstag starten vier unserer Teens im Finale des German Teens Showdown in Herne. Haltet die Daumen gedrückt. Wir berichten wenn wir zurück sind. Folgt uns gerne auf Instagram: [crossfit\\_1860](#)



# KINDERGEBURTSTAGE

## CROSSFIT GEBURTSTAGE BEI BREMEN 1860

Seit April können Kinder bis 17 Jahre bei Bremen 1860 auch einen CrossFit Geburtstag feiern.

Nina ist unsere neue Trainerin in diesem Bereich. Sie sorgt für 90 Minuten Sport, Spiel und Spaß.

Weitere Infos auf <https://bremen1860.de/kindergeburtstage/>

# WEIGHTLIFTING

## WEIGHTLIFTING NUR NOCH MONTAGS 19 UHR

Wer seine Snatch- und Clean and Jerktechnik verbessern oder mehr Gewicht heben möchte, kommt gerne montags um 19 Uhr in die Weightlifting Class. Übrigens gibt die Class unsere neue Trainerin Reneé. Sie kommt aus dem olympischen Gewichtheben und gibt ihr Wissen gerne an dich weiter.

*Danke fürs Lesen und bis ganz bald in der Class!*

*Dein CrossFit 1860 Team.*

*[crossfit@bremen1860.de](mailto:crossfit@bremen1860.de)*

**"DON'T  
COMPARE  
YOURSELF TO  
OTHERS.  
COMPARE  
YOURSELF TO  
THE PERSON  
FROM  
YESTERDAY."**

