

**Ausschreibung zum PRO CUP NRW der G.F.S.A.
Der stärkste Mann in Nordrhein-Westfalen**

- Termin:** 09.06.2024
- Wettkampfort/Athletenmeeting:** Benefit Sports Club
Numbachstraße 30, 57072 Siegen
- Anmeldung:** Per Mail unter: **manni-macht-masse@web.de**
Bitte euren vollständigen Namen und eure Adresse mit angeben, damit wir die Verzichtserklärung vorab ausfüllen können.
- Registratur:** Beginn: 10:00 Uhr, Ende: 11:00 Uhr
- Athletenmeeting:** 11:00 Uhr Abwaage ab 10:00 Uhr
- Wettkampfbeginn:** 12:00 Uhr
- Klassen:** Unter 105kg Klasse, Über 105kg Klasse
- Meldeschluss und Voraussetzungen:** Am 24.05.2024 ist offiziell Meldeschluss. Es dürfen alle Athleten der German Pro League teilnehmen. Dazu können D-Cup Athleten starten, wenn diese in NRW gemeldet sind.
- Wegbeschreibung / Parken:** Adresse am besten in den Routenplaner eingeben. Parken könnt ihr am Studiogelände oder an den umliegenden Straßen.
- Hotel / Pension:** Wer eine günstige Ferienwohnung für eine Übernachtung sucht, kann uns gerne Privat schreiben. Ab 3 Personen in einer Wohnung ist es am preiswertesten. Unsere Nummer findet ihr unten in der Ausschreibung. Ansonsten einfach nach umliegenden Hotels Ausschau halten.

Startgeld G.F.S.A. Athleten: 45,-€, internationale Starter 50,-€

Urkunden und Preise: Es wird einen Gesamtsiegerpokal und Top 3. Medaillen für alle Gewichtsklassen und das NRW-Podium geben. Dazu erhalten die Athleten auf dem Podium Sachpreise. Jeder Athlet erhält natürlich ein Wettkampfshirt und Zugriff auf die Wettkampffotos.

Preisgelder (Können aus Sponsorengründen noch höher ausfallen.):

1 Platz: 200,-€, 2.Platz: 100,-€, 3.Platz: 75,-€, Bester U105er Athlet: 75€

Geplante Disziplinen, kann sich aus Sponsorengründen noch ändern:

- Achsenheben auf Maximalgewicht – Höhe Mitte Stange auf ca. 35cm
**(Es besteht die Möglichkeit einen Deutschen Rekord zu brechen.)
(Keine Suits, Briefs etc. erlaubt. Keine Figure 8 Straps erlaubt)**
- 20m Unimog ziehen mit Stollenbereifung. Bei Schlechtwetter machen wir Arm over Arm.
- Überkopf Medley vom Boden: 100kg Bierfass, 110kg Bierfass, 120kg Bierfass,
78kg Thomas Inch Dumbbell auf Wiederholungen.
**(Es besteht die Möglichkeit für U105kg Athleten, einen Deutschen Rekord zu brechen.)
(Nur einlagige Neoprenstulpen an den Ellbogen.)**
- 150kg Farmers Walk – Koffer Laufen für ca. 30m. Wende bei ca. 15m.
- 150kg Sandsack tragen auf maximale Distanz. Wende bei ca. 15m.
(Es besteht die Möglichkeit einen Deutschen Rekord zu brechen.)

Auf Euer Kommen freuen sich Max, Manni und das Team vom Benefit.
In dringenden Fällen (Verspätung, etc.) Telefon am Wettkampftag: 017623905603.