

4. Stronger United Cup / Totally Beginner Ausschreibung der G.F.S.A.

- Termin:** Samstag, 28. März 2026
- Wettkampfort:** Crossfit HH, Steilhooper Str. 35, 22305 Hamburg
- Registrierung / Waage:** 10 - 10:30 Uhr
- Athletenmeeting:** 10:30 Uhr
- Wettkampfbeginn:** 11:00 Uhr (der Wettkampf findet Indoor statt)
- Klassen:** Männer -90kg / -105kg / +105kg
Frauen -73kg / +73kg
- Anmeldung:** ausschließlich per Mail an lou@stronger-united.com
Bitte STRONGER UNITED CUP als Betreff angeben
- Meldeschluss:** 13. März oder wenn maximal 60 Athleten erreicht sind
- Wegbeschreibung / Parken:** Es sind Parkplätze in der Umgebung. Parken auf den Gym Parkplätzen ist nicht möglich.
- Startgeld:** 70€ - es wird **KEINE** GFS-A-Mitgliedschaft vorausgesetzt
- Bei Absagen ab 13.3. wird kein Geld erstattet.**

Jeder Athlet erhält ein Wettkampfsshirt sowie eine Urkunde.

Top 3 erhält Medaillen

Geplante Disziplinen (können sich aus Sponsorengründen noch ändern):

- **Log auf Wdh.** Männer – 75kg
Frauen – 45kg
- **Yoke into farmers - 4x 10m -** Männer - 150kg / 80kg
Frauen – 100kg / 40kg
- **Loading Race – auf 1.20m – Fass / Sandbag / Sandbag / Stone**
Männer – 65kg / 80kg / 100kg / 95kg
Frauen – 40kg / 45kg / 60kg / 60kg
- **Axle Deadlift – auf Wdh. –** Männer - 200kg (oder 150kg)
Gewicht schlägt Wdh. Frauen – 120kg (oder 80kg)

Auf Euer Kommen freuen sich das Stronger United Team & Lou Dal

In dringenden Fällen AM WETTKAMPFTAG wie Verspätung etc.
Tel: 0173 5878 458

Diese Ausschreibung nicht auf Facebook oder Instagram posten!