

## Presseinformation

„Cry Me a River 2012“ in Kooperation mit Concept2:

### **Neue CrossFit Challenge im April**

Hamburg, 05.04.2012

**Vom 09. bis zum 29. April 2012 veranstaltet CrossFit Ansbach in Kooperation mit dem Rudergerätehersteller Concept2 die erste „Cry Me a River“ Challenge. Über 520 CrossFit-Begeisterte aus Deutschland, Österreich und der Schweiz haben sich für diesen Wettbewerb angemeldet. Zu gewinnen gibt es einen Concept2 Indoor Rower und weitere tolle Preise.**

„Cry Me a River“ ist ein Wettbewerb rund um das aus Amerika stammende Fitnesskonzept CrossFit. Das Besondere ist, dass der Indoor Rower in jedem zu absolvierenden Workout etabliert wird. „Beim CrossFit geht es darum, den Körper möglichst vielseitig zu trainieren. Unser Rudergerät ist dafür bekannt, gelenkschonendes Ganzkörpertraining für Jedermann zu bieten. Daher passt es perfekt in die CrossFit Trainingsprogramme“, so Natali von Zmuda, Marketingleiterin von Concept2.

CrossFit, in der Fitnessszene auch als härtestes Training der Welt bekannt, ist das Kraft- und Fitnessprogramm erfolgreicher Athleten sowie Polizei- und Feuerwehreinheiten. Durch die Variationsmöglichkeiten bei jeder Übung, begeistert CrossFit neben Leistungssportlern auch immer mehr Freizeitsportler für diese Art des Trainings. Durchgeführt werden die täglich unterschiedlichen Workouts („Workout of the day“, kurz WOD) in den CrossFit Studios, auch Boxen genannt. Es werden verschiedenste Übungen vom Reifenstemmen über Klimmzüge bis zum olympischen Gewichtheben abverlangt.

Die Teilnehmer der „Cry Me a River“ Challenge haben innerhalb von drei Wochen drei WODs zu absolvieren, deren Vorgaben jeweils sonntags vom Veranstalter auf der Wettbewerbs-Facebook Seite veröffentlicht werden. Der Coach sammelt die Ergebnisse und übermittelt sie am Ende der Woche an den Veranstalter.

„Wir sind über die Resonanz unseres Wettbewerbs begeistert. Die Idee einer gemeinsamen Challenge, bei der man sich mit anderen Athleten vergleichen kann, vernetzt die CrossFit Gemeinde noch weiter. Das war unser Ziel“, erklärt der Veranstalter von „Cry Me a River“ Ralph Pfeifer. Nach der Challenge ist am 01.05.2012 ein Abschluss-Event in der Box von CrossFit Ansbach (Bayern) geplant. Dort werden die Gewinner gekürt und der Concept2 Indoor Rower (Model D) im Wert von 1.070 Euro verlost.

Informationen, die Workouts der Veranstaltung sowie die Ergebnisse werden auf der Facebook-Seite des Veranstalters gepostet: <http://www.facebook.com/crymeaiverchallenge>.

**[www.concept2.de](http://www.concept2.de)**

#### **Hintergrund Concept2:**

Concept2 Deutschland, mit Sitz in Hamburg, ist Hersteller und Weltmarktführer von Rudergeräten. Der Hauptsitz von Concept2 ist in Vermont (USA), wo die Brüder Peter und Dick Dreissigacker das Unternehmen 1976 gründeten.

#### Ansprechpartner Organisation:

Natali von Zmuda  
Concept2 Deutschland  
T: 0049-40-419 28 39 13  
[natali.vonzmuda@concept2.de](mailto:natali.vonzmuda@concept2.de)

#### Ansprechpartner Medien:

Yorck Hentz  
Hentz Communications  
T: 0049-40-53 30 88 61  
[hentz@hentzcomm.de](mailto:hentz@hentzcomm.de)