



Arrangør: PI-København
Dansk Politidrætsforbund



DANSKE POLITIMESTERSKABER I FUNKTIONEL FITNESS

den 18. maj 2024



VELKOMMEN

Som formand for Politiets Idrætsforening, København er det mig en stor glæde at byde velkommen til det første Danske Politimesterskab i Funktionel Fitness 2024 i hovedstaden.

Funktionel Fitness udvalget har lavet et enormt benarbejde for at få mesterskabet stablet på benene, og der skal i den forbindelse lyde en stor tak til Sofie og Nadia for deres arbejde.

Jeg ved at der er lagt op til et brag af et stævne, hvor atleterne vil blive udfordret på mange parametre i de forrygende rammer hos Butchers Lab i Kødbyen i København.

Det bliver et fantastisk stævne, hvor atleternes forberedelse og hårde træning frem til stævnet forhåbentlig vil bære frugt. Rammerne er i hvert fald sat. Der er sørget for speaker, sponsorgaver, god mad og ikke mindst godt selskab og sved på panden.

Med håbet om et hyggeligt, spændende og udfordrende stævne, ønskes alle atleter og officials held og lykke.

Morten Bollesen
Politiets Idrætsforening, København
Formand





VELKOMMEN TIL DPM I FUNKTIONEL FITNESS

2024 BLIVER ÅRET, HVOR DANSK POLITI FOR FØRSTE GANG AFHOLDER DM I FUNKTIONEL FITNESS. MANGE KENDER TIL DISCIPLINEN CROSSFIT, OG FUNKTIONEL FITNESS LIGGER SIG MEGET TÆT OP AD DENNE DISCIPLIN.

FOR AT DEFINERE, HVAD FUNKTIONEL FITNESS ER, KAN DET BESKRIVES SÅLEDES:

“Funktionel Fitness, der også nogle steder kaldes Høj Intensiv Funktionel Træning, defineres som træning, der inkorporerer funktionelle bevægelser udført ved relativ høj intensitet. Funktionel Fitness har en række ligheder med højintensiv intervaltræning (HIIT) og Crossfit, men adskiller sig ved at implementere og kombinere øvelser fra en række forskellige sportsgrene og træningsmodaliteter, herunder bl.a. vægtløftning, styrkeløft, gymnastik, løb og ergometer-roning.

Funktionel Fitness kendetegnes både som en træningsform henvendt til motionister og den generelle befolkning, samt som en konkurrencesport med både lokale, nationale og internationale konkurrencer.

HER KONKURRERES I FØLGENDE KATEGORIER:

1) Endurance, 2) Strengt, 3) Power, 4) Skill, 5) Bodyweight, 6) Mix Modality.”

[HTTPS://GYMDANMARK.DK/FUNKTIONEL-FITNESS/](https://gymdanmark.dk/funktionel-fitness/)

Nadia

I 2023 samlede Dansk Politiidrætsforbund et landshold i Funktionel Fitness, og drog til Sverige, Stockholm, hvor der over tre dage blev afholdt Nordiske Mesterskaber i Funktionel Fitness. Undertegnede var med som landstræner. Danmark blev den anden mest vindende nation, og det var vi meget stolte over. Det var en kæmpe oplevelse og vi glæder os allerede til NM i Finland næste år.

Eventet i år, DM i Funktionel Fitness afholdes den 18. maj 2024 i Butchers Lab, Danmarks første Crossfit Center. Dette center (BOX) huser flere verdens berømte top atleter, hvorfor vi føler vi ved afholdelsen i Butchers Lab, skaber de absolut bedste rammer og forhold for Danmarks første Politi DM.

Vi samarbejder kun med professionelle arrangører og har blandt andet allieret os med arrangørerne af Masters Of The North samt ejerne af Butchers lab.



Der kan bestilles mad fra Wedo i Købbyen via deres app, scan QR-koden.

Du får 10% på din bestilling. Brug voucher koden "funktionelfitness10", den skal indtastes under "cards & vouchers", hvor der står "enter code".

Skriv "BL" i kommentarfeltet, så bliver alle bestillinger leveret samlet kl. 11.00 til Butchers Lab.



KORT FORTALT OM HOLDET, SOFIE (BRUNETTEN) OG NADIA (BLONDINEN) BAG DETTE EVENT

Nadia Vestergaard trådte ind i udvalget d. 1/1 2024.

Nadia var selv med som atlet til NM i Sverige i 2023.



Sofie og Nadia

Nadia startede med Crossfit i 2018 og begyndte allerede at konkurrere i 2019. Hun har trænet i Butchers siden 2020.

Undertegnede, Anne Sofie G. Winther (Sofie), startede Funktionel Fitness op i DPIF i 2023, og blev ligeledes valgt ind som formand i Funktionel Fitness udvalget. Undertegnede har selv dyrket Crossfit siden 2010, alle år som konkurrenceatlet og nu som stolt Master Atlet + 40. Jeg har trænet i Butchers Lab siden sommeren 2014, og været instruktør i Butchers Lab i 6 år, herunder Level 1 instruktør. I min fritid er jeg Landstræner for det Danske Karate Landshold.



































Undertegnede og Nadia stiller ofte op i TEAM konkurrencer sammen, trods

























aldersforskellen. Dette ser vi som én af de mange fordele ved denne fantastiske sport.

Til eventet er vi så heldige at have flere sponsorer, som vil sørge for en masse fede præmier til vinderne. Vi håber på den fedeste dag, og har lagt mange timer i at gøre det til en fed oplevelse for alle tilmeldte, samt alle de frivillige, som vi ønsker at give en stor tak til. Uden frivillige intet event.

Den 1. april lukkede tilmeldingen på Competition Corner. Vi er stolte over at kunne meddele at vi har 54 deltagere til eventet.

FØLGENDE ER UDSKRIFT OVER DELTAGERE

Name	Division	Box/gym	Email
 ALEXANDER DAHL MOGENSEN	Individuel - Herre	ARCA LAGERET	ALEXANDERMOGENSEN@GMAIL.COM
 ANDERS KROGH CHRISTENSEN	Team Af 2 - Mix	PI AARHUS	ANDERSKC@LIVE.DK
 ANDREAS JENSEN 	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT HEAVEN	ANDREAS_CONRADI@OUTLOOK.DK
 ANDREAS KASTBERG	Individuel - Herre	DENMARK	ANDREASKASTBERG3@GMAIL.COM
 ANDREAS VALENTIN TUXØE	Team Af 2 - Mix	INDEPENDENT	ANDREASVP95@HOTMAIL.COM
 CATHRINE BERTELSEN	Individuel - Dame	GIMLIS CROSSFIT	CATHRINEBERTELSEN@HOTMAIL.DK
 CECILIE KIKKENBORG 	Team Af 2 - Mix	BUTCHER'S LAB	CECILIEKIKKENBORG@OUTLOOK.COM
 CHRISTINA PANDURO	Team Af 2 - Mix	VIBORG PI	PANDURO_HOBBY@HOTMAIL.COM
 DANNY MOLIN	Team Af 2 - Mix	INDEPENDENT	SGDREXEL@HOTMAIL.COM
 EMIL JENSEN	Individuel - Herre	BUTCHERS LAB	EMILJENSEN3@HOTMAIL.COM
 FREDERIK KONGSTE REMMER 	Team Af 2 - Mix	INDEPENDENT	REMMERINHO@HOTMAIL.COM
 FREJA HAMANN	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT PITSTOP KOLDING	FREJA-HAMANN@HOTMAIL.COM
 JACK SINGH	Team Af 2 - Mix	BUTCHER'S LAB	JACKSINGH@OUTLOOK.DK
 JACKIE GADE	Individuel - Dame	CROSSFIT NORTH 579	GADEJACKIE@GMAIL.COM
 JAKOB KØLBÆK	Team Af 2 - Mix	PI AARHUS	NOES.JAKOB@GMAIL.COM
 JANNICK HÅLLØ	Individuel - Herre	CROSSFIT 4800	JANNICKANDERSEN46@LIVE.DK
 JANNIE HALD PETERSEN 	Team Af 2 - Mix	PI AARHUS	JHALDP@GMAIL.COM
 JESPER OLESEN	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT PITSTOP KOLDING	JESPEROLESEN11@HOTMAIL.COM
 JOSEPHINE BØGELY	Team Af 2 - Mix	INDEPENDENT	JOSEPHINE_910@HOTMAIL.COM
 JULIE SØE MIKKELSEN 	Team Af 2 - Mix	AARHUS CROSSFIT	JULIESOEMIKKELSEN@GMAIL.COM
 KATHRINE JUUL HACHENBERGER	Individuel - Dame	ICE CROSSFIT	KATHRINES@INDBAKKE.DK
 KENNETH KJÆR 	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT HERNING	KENNETHKJÆR@LIVE.DK
 KRISTOFFER LAURSEN 	Team Af 2 - Mix	INDEPENDENT	KRISTOFFER1999@LIVE.DK
 LARS PAPE MØLLER	Individuel - Herre	ICEFIT THE BOX	LPM006@POLITI.DK
 LEA RAMSING	Team Af 2 - Mix	INDEPENDENT	RAMSINGLEA@HOTMAIL.COM
 LOUISE LINDBJERG 	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT 2605 - TRINITY TRAINING	LOUISELINDBJERG@ICLOUD.COM

	LOUISE VENNEKILDE	Individuel - Dame	CROSSFIT ODENSE	LOUISEVENNEKILDE@GMAIL.COM
	LUKAS ADHEMAR	Individuel - Herre	DOKKEN CROSSFIT N-ESTVED	LUKASADHEMAR@GMAIL.COM
	LUKAS PEDERSEN	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT 2605 - TRINITY TRAINING	LUKAS@IPFPEDERSEN.DK
	MAIA BACH THORUP	Individuel - Dame	CROSSFIT 2605 - TRINITY TRAINING	MAIA.MBT@GMAIL.COM
	MAJA HENRIKSEN	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT 2605 - TRINITY TRAINING	M_ENGELBRETH@HOTMAIL.COM
	MALENE SEBERG ©	Team Af 2 - Mix	UNITYGYM	SEBERG9400@GMAIL.COM
	MARA KREBS ©	Team Af 2 - Mix	BUTCHER'S LAB	MARAKREBS24@GMAIL.COM
	MARTIN WERTHER	Individuel - Herre	BUTCHERS LAB	MARTINWERTHERS38@GMAIL.COM
	MATHIAS ANDERSEN ©	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT 2605 - TRINITY TRAINING	MATHIASHJORTHANDERSEN@GMAIL.COM
	MATHIAS HILDEBRAND ©	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT PITSTOP KOLDING	MHILDEBRAND93@GMAIL.COM
	MATHIAS LORENTS ©	Team Af 2 - Mix	VIBORG PI	MATHIASLORENTS@HOTMAIL.DK
	MATHIAS PILGAARD	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT ODENSE	MPIL9@HOTMAIL.COM
	MELINA LEMONAKIS	Individuel - Dame	PI AARHUS	MELINALEMONAKIS@GMAIL.COM
	MIA PIHL TORNØE KRISTENSEN ©	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT ODENSE	MIAKRISTENSEN@OUTLOOK.COM
	MICHAEL CARBEL	Individuel - Herre	THE BOX VEJLE	MICHAELCARBEL@GMAIL.COM
	MICHAEL CHRISTENSEN	Individuel - Herre	INDEPENDENT	OCR.CHARITY.WARRIOR@GMAIL.COM
	MIKKEL NIELSEN	Individuel - Herre	CROSSFIT PITSTOP KOLDING	MKN.0703@GMAIL.COM
	NADIA VESTERGAARD	Individuel - Dame	BUTCHER'S LAB	VESTERGAARDNADIA@GMAIL.COM
	NANNA PEDERSEN	Individuel - Dame	INDEPENDENT	NANNA659@HOTMAIL.COM
	PIERRE LARSEN	Individuel - Herre	INDEPENDENT	PIERRELARSEN_8@HOTMAIL.COM
	RASMUS HENTZE	Individuel - Herre	INDEPENDENT	HENTZE.RASMUS@GMAIL.COM
	SANDRA JENSEN	Individuel - Dame	INDEPENDENT	SAJE042@GMAIL.COM
	SOPHIE HENRIKSEN ©	Team Af 2 - Mix	CROSSFIT PITSTOP KOLDING	SOPHIE.HOLMBACH@GMAIL.COM
	STINE RASMUSSEN	Individuel - Dame	CROSSFIT 4800	MAELKECHOKOLADEN@HOTMAIL.COM

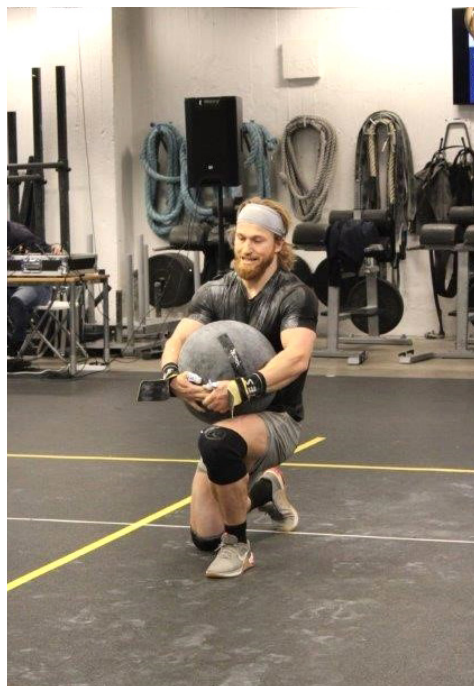
Den 18. maj vil atleterne blive testet i de 6 forskellige kategorier, som Funktionel Fitness indeholder. De vil blive testet på deres cardio, styrke og gymnastiske skills. Dette event vil ikke have en lige så høj sværhedsgrad, som de Nordiske Mesterskaber, idet vi ønsker at lave et event for bredden, og dermed få spredt budskabet og skabt opmærksomhed på, at Dansk Politi nu også har denne sport med i deres repertoire over forskellige sportsgrene. Derfor har vi sørget for at opdele atleterne i år på følgende måde:

1. Individuelle kvinder
2. Individuelle herre
3. Mix TEAM

De individuelle rækker vil have en noget højere sværhedsgrad end TEAMS. Dette er blandt andet for at undertegnede kan stille et landshold til NM 2025. MIX TEAM er tiltænkt alle, om man er begynder eller har konkurreret. Vi omfavner sammenholdet i sporten og det gode kammeratskab.

FØLGENDE ER BILLEDER FRA DE NORDISKE MESTERSKABER I 2023

Emil Jensen til Nordiske Mesterskaber, hvor han blev nr. 3. Emil deltager også den 18. maj, og vi glæder os til at se ham på gulvet igen sammen med alle de andre.



Josephine med 101 kg. På stangen til Nordiske Mesterskaber, hvor hun blev nr. 3. i TEAM, med Kenneth. Begge deltager også den 18. maj.

Kathrine og Mathias

Kathrine og Mathias til Nordiske Mesterskaber, hvor de blev nr. 1. i TEAM. Kathrine deltager også den 18. maj individuelt, hun er nu Master atlet.

HELE DET DANSKE LANDSHOLD TIL NM I SVERIGE 2023



PÅ GLÆDELIGT GENSYN

Anne Sofie G. Winther, Formand Funktionel Fitness.

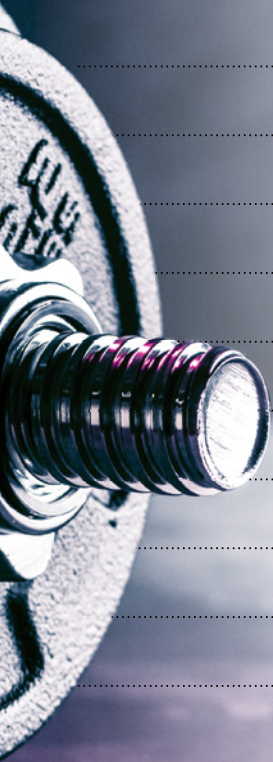
SE UDGIVELSEN ONLINE



Støt vores annoncører...
...de støtter os



NOTATER





Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund
Politigården, Københavns Vestegns Politi
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund
Tlf. 2880 0067 • Mail: info@politisport.dk

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt
Agerbakken 21 • 8362 Hørning
Tlf. 8793 3786 • Mail: info@politiinfo.dk

Støt vore annoncører...
...de støtter os



