

Arrangør: Vestegnens PI - VEPI
Dansk Politiidrætsforbund



CROSSFIT

1. NOVEMBER 2018



KÆRE DELTAGERE, HJÆLPERE OG TILSKUERE



I bydes velkommen til Danish Police Throw-down 2018, som er det første stævne af denne art, der afholdes i politiregi.

Stævnet er arrangeret i bedste vestegnsånd i samarbejde mellem Københavns Vestegns Politiidrætsforening og Gladsaxe Crossfit.

Som politimand er det ekstra vigtigt, at man er klar, både fysisk og mentalt, til at møde hverdagens udfordringer, og som politidirektør hilser jeg denne relativt nye sportsgren

velkommen, da den med sin alsidighed giver en fantastisk fysik, som også er til gavn i hverdagen.

Jeg håber, at I alle får en fantastisk dag med spændende og underholdende konkurrencer.

Må de bedste vinde.

Venlig hilsen
Kim Christiansen

KÆRE ALLE CROSSFITTERE, HJÆLPERE OG TILSKUERE

Vi er i VEPI utroligt glade for, at vi kan byde velkommen til Danish Police Throwdown 2018.

Det er første gang VEPI er vært for et crossfit stævne og vi er meget taknemmelige for den store opbakning, som I har givet os.

Vi har allieret os med Gladsaxe Crossfit, som har afholdt flere konkurrencer. De har været os utrolig behjælpelig med både lokaliteter, hjælpere og generelt gode råd – tusind tak for det.

Vi håber på, at Danish Police Throwdown 2018 blot bliver den første i rækken af mange konkurrencer i dette regi.

Rammerne til konkurrencen er sat og nu håber vi, at I vil være med til, at gøre dagen til en mindeværdig en af slagsen.

God fornøjelse!

VEPI

The logo for VEPI, featuring the letters 'VEPI' in a bold, italicized, black sans-serif font.The logo for CROSSFIT GLADSAXE, featuring a large, black, five-pointed star with the word 'CROSSFIT' in a bold, black, sans-serif font above it and 'GLADSAXE' in a smaller, black, sans-serif font below it.







VICTORY
GYM EQUIPMENT
MEYN ADVOCATE

WELLNESS
FIT

PRAKTISKE INFORMATIONER

STED

Gladsaxe Crossfit, Hørkær 1, 2730 Herlev

DATO

1. november 2018

TIDSPLAN

07.00 Indtjekning for atleter

08.00 Velkomst og briefing

08.30 1. event starter (2. og 3. event afvikles i løbet af formiddagen)

12.30 Frokost

13.00 4. event

14.30 Finale Intermedia

15.00 Finale RX

15.30 Præmieoverrækkelse.

NB: Nærmere tidsplan for dagen tilgår i løbet af dagen.

STÆVNEKONTOR

Gladsaxe Crossfit

OMKLÆDNING OG BAD

Gladsaxe Crossfit

STÆVNETELEFON

Elise Olesen, tlf. 51 79 62 98

DOMMERKOORDINATOR

Elise Olesen, tlf. 51 79 62 98

FROKOST

Atleterne sørger selv for forplejning. Det vil være muligt at købe nogle sandwich på stedet.

PRÆMIER

Der konkurreres om præmier til 1., 2. og 3. pladsen

GLADSAXE CROSSFIT

- LEGEPLADS FOR VOKSNE OG BØRN

Gladsaxe Crossfit startede op i 2011 og ejes af Morten Kirk Binns, Michael Borroe Mose-Christensen og Jesper Grøsfjeld Schmidt, som i dag driver det i fællesskab. De beskriver box'en som værende:

I vores CrossFit Box har vi det sjovt. Vi træner med vægte og kettlebells, vi klatrer i reb og svinger i ringe, vi sviner med kridt, vi laver "burpees" og alverdens andre øvelser med mærkelige navne. Vi debatterer kost, ernæring, hygger, griller, sveder og vi gør i det hele taget hvad vi kan for at opretholde et unikt sammenhold og en fantastisk stemning.

Gladsaxe Crossfit har stillet udstyr og lokaliteter til rådighed i denne konkurrence.





Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund
Politigården, Københavns Vestegns Politi
Birkelundsvej 2 • 2620 Albertslund
Tlf. 2294 9182 • Mail: info@politisport.dk

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

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

