

DEIN FITNESS-BATTLE 2021: **4XF GAMES**

www.badischer-turner-bund.de/4xfgames

4XF  GAMES

FUNDAMENTAL

FUNKTIONAL

powered by

ORIGINAL
BENZ[®]
SPORT

GYMWELT 
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN


Badischer
Turner-Bund e.V.

150 
HEBAU-BOGENSIEBE *fur* BAU
1871 - 2021


TURNVEREIN
e.V. 1900 SCHILTACH


SSV ETTLINGEN
1847 e.V.

WER WIRD FITNESS-CHAMPION 2021?

Die **4XF Games** sind die Wettkampfform des 4XF Cross-Trainings. Sie erfordern Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination. Aus dem sogenannten „Exercise-Pool“ setzt sich das jeweilige „Workout of the day“ (WOD) zusammen, das die Athleten erst kurz vor Wettkampfbeginn erfahren. Auch abgewandelte Formen der Übungen können zum Tragen kommen und erhöhen den Überraschungs- und Spaßfaktor.

Starterklassen:

- Einzel (m/w)
- Team (mixed)
- ab 18 Jahre
- Standard & Scaled

Qualifyings:

3. Juli Überlingen
10. Juli Schiltach
2. Oktober Ettlingen

Finals:

3. Oktober Ettlingen

Meldegebühr:

25 € DTB-Vereinsmitglieder
40 € Nichtmitglieder

Alle Infos und Anmeldung:

www.badischer-turner-bund.de/4xfgames

