



STERKER DOOR STRIJD

Leuk, leuk, leuk het opbouwen en inrichten van de hal waar The Rotterdam Throwdown plaats gaat vinden is van start gegaan, het 15 meter lange rek afgeleverd door Crossmaxx staat op zijn plaats, zo lijkt nog in niemandsland maar het herinnert ons er elke dag piekfijn aan wat er allemaal wel niet in de hal te gebeuren staat. Voor een vlekkeloze organisatie van het toernooi hebben wij ook jou hulp nodig, bewaar de nieuwsbrief goed en neem de informatie uit deze en komende nieuwsbrieven serieus in je op, alvast namens de organisatie hartelijk dank daarvoor.



STATISTIEKEN

Alvast je eigen kansen inschatten op het bereiken van het finale toernooi, wij hebben een aantal getallen voor je op een rij gezet die je aan het rekenen zullen zetten. Bij de laatste check staat de teller nu op 401 deelnemers. Grofweg is driekwart van de deelnemers man en een kwart van de deelnemers vrouw. In exacte getallen staan er nu 269 mannen, 98 vrouwen, 27 masters 40+ mannen en 7 masters 40+ vrouwen ingeschreven. De gemiddelde leeftijd is 35 jaar, de jongste deelnemer is 18 en de oudste is 59 toevallig beide lid van CrossFit Zevenhuizen.

WIJZIGING BESCHIKBARE FINALE PLAATSEN

"In tegenstelling tot eerdere berichtgeving (toen de inschrijvingen van de RTD net van start gingen) hebben wij kortgeleden besloten om het aantal beschikbare finale plaatsen per categorie te wijzigen. In het finale toernooi op 1 februari bieden wij plaats aan de beste 40 mannen, 30 vrouwen, 5 master mannen en 5 master vrouwen.

WANNEER WORDEN DE WODS VAN DE QUALIFIER BEKEND GEMAAKT?

Binnen onze opzet van het toernooi proberen we alles aan om de strijd zo eerlijk mogelijk te laten verlopen. Dat heeft ons ertoe gebracht dat we de volledige ins en outs van de WOD's op woensdagmiddag 21 januari om 12:00 bekend zullen maken op onze website en Facebook. We willen je dan ook vragen om je thuis goed in de workouts en

bewegingseisen te verdiepen. Je vragen kun je bewaren voor de atleten briefing op de kwalificatie dag.

INCHECKEN ATLETEN EN ATLETEN BRIEFING

De organisatie staat met heel veel positieve energie een monsteruitdaging te wachten. Drie superlange dagen waarin wij middels een repeterend roulatie systeem in drie uur tijd jullie fitheid op de proef willen stellen. Het systeem valt en staat met informatie voorziening en hoe deze ontvangen wordt. Om jullie op de kwalificatie dag goed van informatie te kunnen voorzien is het noodzakelijk om als atleet op tijd in te checken te weten minimaal anderhalf uur voorafgaande aan de starttijd van je qualifier. De check- in balie gaat open vanaf 07:00 in de ochtend. Voorafgaande aan je qualifier vind er nog een verplichte atleten briefing plaats waar de laatste puntjes op de i worden gezet alvorens de shift van start gaat. Wees op tijd!

Shift start om 09:00 check-in voor 07:30

Shift start om 12:00 check-in voor 10:30

Shift start om 15:00 check-in voor 13:30

Shift start om 18:00 check-in voor 16:30

Shift start om 21:00 check-in voor 19:30

Shift start om 09:00

briefing van: 07:45 tot max 8:30

Shift start om 12:00

briefing van: 10:45 tot max 11:30

Shift start om 15:00

briefing van: 13:45 tot max 14:30

Shift start om 18:00

briefing van: 16:45 tot max 17:30

Shift start om 21:00

briefing van: 19:45 tot max 20:30

GRATIS ENTREE OP DE GEHELE DAG VAN DE QUALIFIER

Op de dag van je qualifier ben je vrijgesteld van entree en mag je alles kijken en volgen vanaf 07:00 tot in de late uurtjes. Voor de andere dagen gelden de reguliere entree gelden.

SPECIALE AANBIEDINGEN VENDORS TIJDENS DE RTD

WODGEAR: Alle WOD gear T-shirts en tanktops 15,- euro per stuk

VITACOCO: Alle deelnemers ontvangen een pakje VitaCoco cocoswater gratis

WODAPP: Tijdens de RTD plaatsen zij een speciale aanbieding op de website van www.wodapp.com

TER AFSLUITING...

Houd de volgende nieuwsbrief in de gaten ook deze zal aanvullende praktische en logistieke informatie bevatten, zoals route en parkeren plus nog meer speciale The Rotterdam Throwdown aanbiedingen van onze vendors. Laatste dingetje als de likes op Facebook "The Rotterdam Throwdown" de 1500 bereiken verklappen we alvast 1 oefening. Hoe meer LIKES hoe meer voorinformatie!

NIJVERHEIDSCENTRUM 4
2761JP ZEVENHUIZEN
INFO@CROSSFITZEVENHUIZEN.NL
WWW.THEROTTERDAMTHROWDOWN.NL

POWERED BY

CROSSmaxx

