

THE PACK 4 LIFE

10. 12. 2022



Veranstalter:

CrossFit Westpack

Bahnhofstraße 12

6922 Wolfurt

info@crossfitwestpack.at



**Vorarlberger
Kinderdorf**

Bei der Veranstaltung steht das Trainieren für den guten Zweck im Vordergrund. Sowohl CrossFitter als auch nicht-CrossFitter sollen die Möglichkeit haben, mitzumachen.

Die Spenden gehen direkt an das „Vorarlberger Kinderdorf“ (www.vorarlberger-kinderdorf.at). Das Vorarlberger Kinderdorf ist die größte Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung in Vorarlberg. Über 300 Mitarbeiter:innen begleiten knapp 3000 Kinder, Jugendliche und Familien mit stationären und ambulanten Angeboten. Die Arbeit ist von der Grundhaltung geprägt, dass in jeder Krise die Chance für eine positive Veränderung und neue Perspektiven liegen.

Um das „Vorarlberger Kinderdorf“ zu unterstützen, werden Sponsoren gesucht. Es stehen an diesem Tag 2 Events zur Verfügung mit jeweils mehreren Startplätzen. Für jeden Startplatz (bzw. für jeden Kilometer bei Event 2) wird ein bestimmter Betrag an den das Vorarlberger Kinderdorf gespendet. Der gesponserte Betrag geht zu 100% an das Vorarlberger Kinderdorf und für alle Spendenbeträge können Spendenquittungen ausgestellt werden. Sie haben die Möglichkeit, passiv zu spenden (wobei sie für andere Personen oder Teams einen Startplatz spenden) und/oder aktiv zu spenden (wobei die selbst auch an einem oder mehreren der Events teilnehmen).

Event 1: Das „TEAM-WORKOUT“:

Die Teams bestehen aus 2 Personen (FF/MM/DD/FM/FD/MD). Zusammen kämpft ihr euch durch 3 Workouts innerhalb eines 45 Minuten Zeitfensters. Gestartet wird im 45 Minutentakt zwischen 11:00 und 16:00 Uhr.

Das Team-Workout ist für alle geeignet, die schon ein wenig CrossFit Erfahrung haben. Es gibt dabei keine Mindestanforderungen und die Schwierigkeit der Übungen und die Gewichte werden wählbar sein.

Insgesamt werden 24 Startplätze vergeben.

Spendenbetrag: **60€ pro Team.**

Um an diesem Event teilzunehmen ist eine Anmeldung im Voraus notwendig, unter: katharina@crossfitwestpack.at

RUN FAST, SQUAT LOW, DO GOOD

Event 2: „THE ONLY WAY IS UP“

Unsere Besucher-Challenge für alle, die für den guten Zweck schwitzen wollen an diesem Tag.

Dabei handelt es sich um ein kleines Workout, welches im Alleingang absolviert wird. Die Startplätze werden im 10 Minutentakt zwischen 11:20 und 16:20 Uhr vergeben. Die Challenge besteht aus einem 1km Lauf auf unserem indoor Runner, 1km Bike Erg und 100 Air Squats.

Bei den Übungen gibt es einen kleinen Twist, lasst euch überraschen.

Wichtig: Diese Challenge ist auch für alle Personen ohne CrossFit-Erfahrung geeignet.

Insgesamt werden 30 Startplätze vergeben.

Spendenbetrag: 25€ pro Startplatz.

Um an diesem Event teilzunehmen kannst du dich bereits vorab anmelden:

katharina@crossfitwestpack.at

SO KÖNNEN SIE UNSER EVENT UNTERSTÜTZEN

1. Als **Teilnehmer:in** an einem oder mehreren Events
2. Als **Sponsor:in** eines Teams oder Sponsor:in eines oder mehrerer Kilometer
3. Als **Besucher:in** des Events: Neben einer Tombola mit tollen Preisen werden auch alle Gewinne unserer Verpflegung und unserem Event-Shirt gespendet!

Als Sponsor:in bzw. Spender:in haben Sie auch die Möglichkeit, ihr Unternehmen am Eventtag durch Plakate oder Banner zu repräsentieren oder selbst vor Ort zu sein – als Zuschauer:in oder als Teilnehmer:in.

Während des Events werden Bild und Filmaufnahmen gemacht sowie Fotos auf den social media Kanälen geteilt und die jeweiligen Sponsoren verlinkt. Die Bild und Filmaufnahmen werden den Sponsoren, falls gewünscht, nach Bearbeitung kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Spendenquittungen können direkt durch das „Vorarlberger Kinderdorf“ ausgestellt werden. Füllen Sie das nachfolgende Formular aus und retournieren Sie es an uns, dass wir mit ihnen Kontakt aufnehmen können.

Ablauf:

10:00 Uhr: Doors open, welcoming

11:00 - Start "Team-Workout" Heat 1

11:20 – Start "The only way is Up"

Ab 16:30 - Spendenauszahlung, Tombola, Ausklang

WIR WOLLEN SPENDEN!

Firmenname:

Kontaktperson:

Telefonnummer:

E-Mail: _____

Spenden können direkt auf das Spendenkonto überwiesen werden. Eine Überweisungsbestätigung für die Anmeldung bitte an info@crossfitwestpack.at

Spendenkonto:

Vorarlberger Kinderdorf

HYPO Bank Vorarlberg
IBAN: AT60 5800 0000 11030114
BIC: HYPVAT2B

Verwendungszweck:

The Pack 4 Life

Privatpersonen:

Adresse & Geburtsdatum angeben

Firmen:

Firmenname & Adresse angeben

Welches Event möchten Sie unterstützen?
(zutreffendes bitte ankreuzen)

Event 1: Team-Workout - Spendenbeitrag: **60€** pro Team

Anzahl der Startplätze: _____

Name der Teilnehmer:innen: _____

Event 2: Besucher Challenge: „The only way is Up“ - Spendenbeitrag: **25€** pro Startplatz

Anzahl der Startplätze: _____

Name der Teilnehmer:innen: _____

Ich möchte einen **individuellen Betrag** von _____ € spenden.
