

Osnabrücker Ruder-Verein e.V.

Glückaufstraße 16 49090 Osnabrück Tel./Fax: 0541 / 12 29 57 www.orv.de



ORV-Festwart
Tobias Nave
Am Brandacker 32
58453 Witten
Tel: 0157 / 38071167
Mail: power-challenge@gmx.de
tobias.nave@googlemail.com

27. ORV "Power Challenge"

Sehr geehrte Teilnehmer und Teilnehmerinnen,

am **12. Januar 2024** veranstaltet der Osnabrücker Ruder-Verein zum 27. Mal seinen Klimmzugwettbewerb - "Power-Challenge".

Hier erhalten Sie nun die Infos für ihre Teilnahme.

Modus: Der Modus ist der selbe, wie er bereits zuletzt durchgeführt wurde.

D.h. 5 Runden a 10 Klimmzüge

Ab Runde 6 11 Klimmzüge

Ab Runde 7 12 Klimmzüge usw.

Gewichtsabhängig wird es dabei je Runde Zusatzklimmzüge geben:

Bei über 80kg gelten die oben genannten Zahlen

Bei unter 80kg 1 extra Klimmzüge je Runde

Gewogen wird in Unterhose oder Einteiler

Alle weiblichen Teilnehmer machen in den jeweiligen Runden die Hälfte der Klimmzüge der Männer.

Jeder Teilnehmer bekommt ein Shirt, daher benötige ich die Shirt Größe von ihnen.

Die Größe, sowie den Künstlernamen und den Wunschpartner bitte per Mail rückmelden (dieses Jahr werden die klassischen Baumwollshirts durch Funktionsshirt ersetzt).

Wie in den vergangenen Jahren werden auch die bekannten Titel "Mr. Bizeps", "Mr. Po", "Mr. Oberkörper", "Mr. Show" und "Mr. Perfect" durch die Zuschauerinnen vergeben.

Für die Teilnahme an der Power-Challenge ist ein Teilnehmerbeitrag von **35€** zu überweisen auf das Nachfolgende Konto, bitte unter Angabe des Betreffs "Power-Challenge" und ihrem Namen.

Freundeskreis des ORV
IBAN: DE18 2659 0025 1030 2042 00
BIC: GENODEF1OSV

Osnabrücker Ruder-Verein e.V.

Glückaufstraße 16 49090 Osnabrück Tel./Fax: 0541 / 12 29 57 www.orv.de



ORV-Festwart

Tobias Nave

Am Brandacker 32

58453 Witten

Tel: 0157 / 38071167

Mail: power-

challenge@gmx.de

tobias.nave@googlemail.co
m

Alle Teilnehmer*innen finden sich bitte **bis 19 Uhr** ein, damit der Wettbewerb pünktlich starten kann.

Aufgrund der Pandemiesituation bitten wir zu beachten, dass sich die Bestimmungen für eine Veranstaltung auch in den nächsten Monaten ändern können. Daher kann eine kurzfristige Absage erzwungen werden.

Mit sportlichem Gruß

Das Organisationsteam