



THE 100
CrossFit
Kaiserwald



FITTESTER TEEN ÖSTERREICHS GOES AMERICA

Leonie Bernhard (17)
qualifiziert sich für die
internationalen Crossfit Games
in Michigan/USA.

27
26
25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

FITTESTER TEEN ÖSTERREICHS GOES AMERICA

- Stainzerin Leonie Bernhard, fitteste Teen in Österreich in ihrer Altersklasse, bereitet sich intensiv auf die TEEN COSSFIT-GAMES 2024 am 29. August in den USA vor, dem bedeutendsten CrossFit-Wettbewerb der Welt.
- Um ihre Teilnahme an den CrossFit Games sowie eine professionelle Vorbereitung zu finanzieren, werden Sponsoren gesucht und T-Shirts verkauft.

Wundschuh, 06. Juni 2024 – Leonie Bernhard, gebürtige Stainzerin, hat sich in nur drei Jahren als führende CrossFit-Athletin ihrer Altersklasse in Österreich etabliert. Ihre sportliche Reise, geprägt von Herausforderungen und beeindruckenden Erfolgen, hat sie bis zu internationalen Wettkämpfen geführt. Aktuell bereitet sich Leonie intensiv auf die CrossFit Games 2024 in den USA vor und sucht dafür Unterstützung durch Sponsoren und den Verkauf von eigens designten T-Shirts.

ÜBER LEONIE: ZUR SPORTLICHEN HÖCHSTLEISTUNG DURCH CROSSFIT

Leonie Bernhard begann ihre sportliche Reise bereits in jungen Jahren und erkundete während ihrer Schulzeit leidenschaftlich eine Vielzahl von Sportarten, darunter Judo, Leichtathletik, Turnen und Schwimmen. Doch im Jahr 2020 brachte die Pandemie ihr Leben völlig aus dem Gleichgewicht. Die plötzliche Schließung der Vereine riss ihren geliebten Sport abrupt aus ihrem Leben.

Auf der Suche nach neuem Lebensmut und einer neuen sportlichen Herausforderung führte sie der Weg zu Fitness Wundschuh, wo sie auf ihren Trainer und Mentor Mario Kainz traf und schließlich CrossFit als neue Leidenschaft für sich entdeckte. Das funktionale Ganzkörpertraining gab ihr die Möglichkeit, sich sowohl physisch als auch psychisch weiterzuentwickeln. Das Training in der CrossFit Community bot Leonie nicht nur körperliche Herausforderungen, sondern öffnete ihr auch die Tür zu einer neuen Welt des Sports, der Gesundheit und der Gemeinschaft.

ERFOLGREICH DURCH LEIDENSCHAFT: LEONIE BERNHARDS SPORTLICHE ERFOLGE

Ihr intensives Training und ihre Hingabe zahlten sich aus, als sie 2022 erstmals an den CrossFit Open teilnahm. 2023 setzte sie ihren Erfolgskurs fort, qualifizierte sich für den French Throwdown in Paris und gewann mehrere Weightlifting-Wettkämpfe, darunter den steirischen Meistertitel. 2024 ist Leonies bisher erfolgreichstes Jahr. Sie qualifizierte sich offiziell für die CrossFit Games in Michigan und gewann den im französischen Lyon stattfindenden French Throwdown. Derzeit besucht sie das BORG Deutschlandsberg und coacht zusätzlich als Trainerin CrossFit-Einheiten bei CrossFit Kaiserwald in Wundschuh. Ihr Ziel ist es, ihre Leidenschaft für den Sport weiter auszubauen und sich stetig zu verbessern. Ein besonderes Anliegen von Leonie ist es auch, mehr Teenager und junge Menschen zu Sport und Bewegung zu motivieren - dafür möchte sie eine starke Botschafterin sein.

WAS IST CROSSFIT?

CrossFit ist ein intensives Fitnessprogramm, das Elemente aus verschiedenen Sportarten und Trainingsmethoden kombiniert. Es wurde 2000 von Greg Glassman und Lauren Jenai in den USA gegründet und ist bekannt für seine vielfältigen und funktionalen Übungen, die typischerweise in einem hochintensiven Intervalltraining durchgeführt werden. Weltweit gibt es rund 4 Millionen Menschen, die CrossFit trainieren - in rund 15.000 CrossFit-Boxen in mehr als 150 Ländern. CrossFit hat sich als eine der beliebtesten Fitnessbewegungen weltweit etabliert und zieht Menschen an, die nach einer herausfordernden und abwechslungsreichen Trainingsroutine suchen.

DIE CROSSFIT GAMES

Die CrossFit Games sind ein jährlicher Fitnesswettbewerb, der 2007 von CrossFit-Gründer Greg Glassman ins Leben gerufen wurde. Diese Spiele gelten als die ultimative Herausforderung für CrossFit-Athleten und dienen dazu, den fittesten Mann, die fitteste Frau und den fittesten Teenie der Welt zu ermitteln. Im Jahr 2023 haben weltweit 350.000 Athleten teilgenommen. Die Teilnahme an den CrossFit Games beginnt mit den CrossFit Open, einem weltweiten Online-Wettbewerb, bei dem Athleten verschiedene Workouts absolvieren und ihre Ergebnisse einreichen. Die besten Athleten der Open qualifizieren sich für die nächsten Runden, einschließlich der Regionals oder anderen Qualifikationsevents. Athleten aus der ganzen Welt nehmen an den CrossFit Games teil, was die globale Reichweite und Popularität von CrossFit unterstreicht. Die Gewinner der CrossFit Games erhalten nicht nur den Titel „Fitteste Mann/Frau der Welt“, sondern auch erhebliche Geldpreise und Sponsorenverträge.

Die TEEN CROSSFIT GAMES werden exklusiv für Athleten im Alter von 14 bis 17 Jahren veranstaltet und vom **29. August bis 1. September 2024 in Südwest-Michigan** ausgetragen. Die TEEN CROSSFIT GAMES bieten jungen Athleten eine hochkompetitive, aufregende und herausfordernde Plattform, um ihre Fähigkeiten, Stärke und Ausdauer im Vergleich zu ihren Altersgenossen zu testen. Ziel des Wettbewerbs ist es, die Vorteile von Gesundheit und Wohlbefinden hervorzuheben, die Teilnehmer zur lebenslangen Fitness zu inspirieren und dabei auch den so wertvollen Jugendsport aktiv zu fördern. Durch das Community-Event sollen mehr junge Athletinnen zu einem sportlichen Lebensstil motiviert werden.

SPONSOREN UND ERLÖS AUS T-SHIRT VERKÄUFEN FINANZIEREN WETTKAMPFTEILNAHMEN

Um Leonies Traum von der Teilnahme an den Crossfit Games zu verwirklichen, werden nun Sponsoren und engagierte Supporter gesucht. Unterstützung erfolgt entweder über eine Direktspende oder durch den Erwerb von T-Shirts zu jeweils 39,90 EUR, wobei der Reinerlös für die entstehenden Reise- und Verpflegungskosten verwendet wird. Angeboten werden eigens designte Overseize-Shirts für Damen und Herren.

SUPPORT-INFOS:

SUPPORTKONTO
IBAN: AT03 3809 4000 0000 3509
Raiffeisenbank Gamlitz
Kontoinhaber: Mario Kainz / Athletikverein The100

**SHIRT VERKAUF + WEITERE
SUPPORT-INFOS:**
www.the100.at/leonie



STIMMEN:

„Ich bin unglaublich dankbar für die Chance, an den Teen Crossfit Games teilzunehmen. Dieser Wettbewerb ist ein großer Meilenstein in meiner sportlichen Karriere und eine einmalige Gelegenheit, mich mit den besten Athleten der Welt zu messen. CrossFit hat mein Leben verändert und mir geholfen, körperlich und mental stärker zu werden.“

Leonie Bernhard

„Leonie ist ein außergewöhnliches Talent, das ich seit ihren ersten Tagen in der Halle und jetzt auf dem Weg zu den Crossfit Games begleiten darf. Sie ist eine Inspiration für viele und zeigt, dass mit der richtigen Einstellung und Unterstützung alles möglich ist. Ich bin davon überzeugt, dass Leonie in den nächsten Jahren ganz vorne mitspielen wird.“

Mario Kainz, Trainer und Inhaber CrossFit Kaiserwald

THE 100

CrossFit
Kaiserwald

MEDIAINFO

CROSSFIT KAISERWALD by Mario Kainz
Kaiserwaldweg 20
8142 Wundschuh
+43 664 36 44 668
crossfit-kaiserwald.at/leonie

BILDER IN DRUCKQUALITÄT
KÖNNEN DIREKT BEI UNS ANGEFORDERT WERDEN.

