



IDEEN VERBINDEN.

**Karlsruhe –
Messen und Kongresse**

HYROX kommt erstmals nach Karlsruhe

Karlsruhe, 19.02.2019 – HYROX, die weltweit erste Fitness Competition for Every Body, kommt am 30. März erstmals in die Karlsruher Messehallen. Bei dem Event haben Fitnessbegeisterte die Möglichkeit, alleine oder mit einem Partner aktiv zu sein und gleichzeitig die letzte Gelegenheit, sich für die HYROX World Championship ONE in Oberhausen zu qualifizieren. Zum Event in Karlsruhe werden mehr als 1.000 Athleten erwartet – antreten kann jeder, egal ob Freizeit- oder Profisportler.

Als erste Sportart verbindet HYROX drei verschiedene Trainingsmethoden in einem Event, eine Kombination aus funktionellem Krafttraining, hochintensivem Intervalltraining und klassischem Ausdauersport. Gelaufen werden 8 x 1 Kilometer im Wechsel mit acht unterschiedlichen Workouts aus dem Bereich Functional Fitness. Durch die unterschiedlichen Leistungsklassen HYROX Men/Women und HYROX Pro Men/Women fordert HYROX jeden heraus, egal, ob Einsteiger oder Pro.

Möglich sind neben Einzelanmeldungen auch Anmeldungen als HYROX DOUBLE – frei nach dem Motto „You go, I go“ läuft jeder Teilnehmer des Teams die 8 x 1 km, die unterschiedlichen Workouts können dann untereinander aufgeteilt werden. Die individuellen Finisherzeiten aller Athleten können anschließend dank des immer gleichen Event Setups weltweit verglichen und in einem globalen Ranking zusammengefasst werden.

Anmeldungen und weitere Informationen unter hyrox.com.

ANSPRECHPARTNERIN

Katharina Steffens

T 0721 3720- 2301

E katharina.steffens@messe-karlsruhe.de

KONGRESSZENTRUM KARLSRUHE

Karlsruher Messe-
und Kongress GmbH
Festplatz 9

76137 Karlsruhe

T +49 721 3720-0

F +49 721 3720-99-2116

E info@messe-karlsruhe.de

MESSE KARLSRUHE

Messeallee 1
76287 Rheinstetten

T +49 721 3720-5000

F +49 721 3720-99-5494

GESCHÄFTSFÜHRERIN

Britta Wirtz

VORSITZENDE DES AUFSICHTSRATS

Erste Bürgermeisterin

Gabriele Luczak-Schwarz

Reg.-Ger. Mannheim

HRB 100147

MITGLIED

AUMA | FKM | GCB | IDFA | EVVC

www.messe-karlsruhe.de