

**Nós somos diferentes, temos uma identidade especial que nos diferencia de todos os outros boxes de crossfit.** Nessa postagem, vamos falar um pouco mais sobre os diferenciais que a Crossfit Manguetown oferece para seus alunos, tudo isso construído com muitos anos de experiência e trabalho do box de crossfit mais antigo do Recife. Descubra os segredos da Identidade Manguê.

## Identidade Manguê.

Antes de tudo, nossos alunos são movidos pela superação contínua, a vontade de ser melhor a cada santo dia. **Quando os novos alunos chegam aqui, elas buscam mudar sua vida e não apenas um corpo perfeito.** Ao pisar aqui no box, **elas buscam se desafiar e se transformar um pouco todo santo dia.** Não é uma questão de competir contra a pessoa que está do seu lado no treino; mas sim, **competir contra si mesmo.** Quando conseguimos fazer com que essas pessoas ultrapassem suas barreiras e quebrem seus limites, sabemos que nosso trabalho está funcionando.

**Ao chegar aqui na Crossfit Manguetown, o aluno vai encontrar a maior qualidade possível no quesito de estrutura e de profissionais.** Nossos coaches são atletas consagrados e premiados em competições nacionais e internacionais de crossfit. Até porque, **se você quer alcançar o seu melhor, vai precisar da ajuda dos melhores.**

Se você já treina com os melhores, o seu acompanhamento será o melhor. **Todo aluno novo que chega na Manguê faz o processo de iniciação ao Crossfit (ICF), esse processo ensina todo o processo básico que a pessoa precisa saber para alcançar os melhores resultados e conquistar mudanças verdadeiras.**

**Além do ICF, o aluno também faz uma detalhada avaliação física; visando o planejamento de metas e objetivos que se encaixem corretamente com você.** Devido a intensidade dos nossos treinos, o ICF é crucial para o sucesso de todo aluno que entra na Manguetown. Com o processo de iniciação feito, é bem mais fácil para qualquer aluno novo se adaptar ao nossos treinos.

**Uma característica especial da identidade Manguê é a família que conseguimos criar. Entendemos que o sucesso de tudo na vida, incluindo o crossfit, é a colaboração entre as pessoas que buscam o mesmo objetivo, o sucesso.** Quando citamos a força da onda roxa, não é algo que fica só na teoria e escrito nas paredes; **é um espírito que valorizamos e que vive dentro de cada**

**pessoa que trabalha e treina aqui.** Nós nos ajudamos, nos desafiamos e estamos conectados por um objetivo maior que nosso sucesso pessoal, o sucesso da família.

Uma das melhores formas de potencializar esse sucesso é competindo, certo? **Com todo respeito aos limites e a energia de cada um, vemos as competições como um fator muito importante para o crescimento de todos nossos alunos.** Aí você pergunta, quais as vantagens de fazer competições internas entre os alunos da mangue?

**Te respondemos: Motivação, visualização e preparação!** Os próximos campeões que vão representar a mangue já estão aqui e são nossos alunos! As competições da Mangue não são entre dois alunos, mas de você contra você mesmo, a arte de se superar e de fazer recordes melhores.

**Para os alunos que desejam investir no crossfit como uma prática esportiva competitiva, os torneios da Mangue são perfeitos!** Imagina você ter a oportunidade de trabalhar todas as habilidades do crossfit, junto com pessoas que você respeita e admira, ainda tendo a possibilidade de vencê-los! Como dissemos antes, você não vai competir contra os outros concorrentes; vai competir contra si mesmo e suas habilidades.

Quer descobrir como a identidade mangue pode mudar sua vida? Marca uma aula experimental e vem nos conhecer, você não vai se arrepender!