

Cem Cakir: 24 Kilo leichter und bereit für den Bremen-Liga Aufstieg!

Amateurfußballer Cem Cakir hat 24 Kilo abgenommen und führt den ATSV Sebaldsbrück in die Bremen-Liga. Ein Neuanfang!



Bremen, Deutschland - Der Amateurfußball in Bremen hat einen neuen Star: Cem Cakir, der 33-jährige Stürmer des ATSV Sebaldsbrück, hat in den letzten Wochen nicht nur hart trainiert, sondern auch beeindruckende 24 Kilo abgenommen. Vor zwei Wochen startete er mit der Vorbereitung und beschreibt den Trainingsbeginn als „anstrengend: Laufen, laufen, laufen“, was keinen Raum für Ausreden lässt. Cakir, der seit 2018 kaum aktiv war, meldete sich 2022 beim ATSV zurück und geht nun hochmotiviert in die neue Saison.

Der ATSV Sebaldsbrück, der im vergangenen Jahr aus der Bezirksliga aufgestiegen ist, hat nun den Sprung in die Bremen-Liga geschafft. Dies ist eine bemerkenswerte Leistung, denn es

ist der erste Aufstieg des Vereins in der über 100-jährigen Vereinsgeschichte seit seiner Gründung im Jahr 1905. Cem betont den Stolz, Teil dieses historischen Moments zu sein und unterstreicht die familiäre Atmosphäre im Verein, wo sogar sein Vater als Abteilungsleiter fungiert und seine Schwester das Vereinslokal leitet. „Die Mannschaft ist eine `eingeschworene Gemeinschaft`“, sagt Cakir.

Aussichten und Herausforderungen

Cakir hat in der Vergangenheit für Werders U23 sowie den SV Werder III gespielt und konnte sich dort bereits mehrere Titel in der Bremen-Liga sichern. Er geht als Underdog in die kommende Saison und bemerkt, dass die Hürde in der Bremen-Liga heute nicht mehr so hoch ist wie vor zehn Jahren. Dennoch erwartet er Herausforderungen – vor allem in Bezug auf Zweikampfstärke und taktische Aspekte des Spiels.

Mit seinem Ziel, mindestens den siebten Platz zu erreichen, zeigt Cakir klare Ambitionen. Um dies zu erreichen, ist ein gezieltes Athletik- und Krafttraining entscheidend. Trainierende Fußballer sollten laut den Experten von Fußballtraining24 auf eine Kombination aus klassischen Krafttrainingseinheiten und modernen Technologien setzen. Insbesondere Maximalkraft- und Schnellkrafttraining sind für die Leistungssteigerung unerlässlich, um im Spiel agile und explosive Bewegungen zu ermöglichen.

Der Weg zurück

Cakir ist mit seinem Comeback in der Fußballsaison mehr als zufrieden und fühlt sich wieder fit. „Das Niveau in der Bremen-Liga hat sich verändert“, stellt er fest. Dennoch spürt er eine neue Motivation, seinen Platz in der Mannschaft zu behaupten. Sein Vereinswechsel Ende 2024 zum ATSV Sebaldsbrück hat ihm einen neuen Kick gegeben, auch wenn er auf viele Herausforderungen gefasst ist.

Im Fußball ist nicht nur die Fitness entscheidend, sondern auch die Gemeinschaft. Die familiäre Atmosphäre im ATSV gibt ihm Rückhalt und stärkt den Teamgeist. Das Ziel ist klar: Gemeinsam nach oben zu streben und den Aufstieg in der Bremen-Liga anzugehen.

Wenn Cem Cakir weiterhin so konsequent an sich arbeitet, wird er nicht nur seine persönlichen Ziele erreichen, sondern auch zum Erfolg des gesamten Vereins beitragen. Man darf gespannt sein, was die nächste Saison bringen wird!

[weser-kurier.de](http://www.weser-kurier.de)

[transfermarkt.co.uk](http://www.transfermarkt.co.uk)

[fussballtraining24.de](http://www.fussballtraining24.de)

Details	
Ort	Bremen, Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.weser-kurier.de• www.transfermarkt.co.uk• fussballtraining24.de

Besuchen Sie uns auf: [mein-bremen.net](http://www.mein-bremen.net)