

PURE EMOTION RIDE IN KÖLN POWERED BY FIBO & SCHWINN - 16. APRIL 2023 KÖLN FIBO



ANN-SOPHIE WEIGEL



SVEN SCHMIDT



TOBI BAGINSKI



MUSTAFA MORRHAD

STUNDENPLAN

09:00 - 09:50

Ann-Sophie Weigel & Sven Schmidt
Fartlek: „In the beginning“

Abwechslungsreiches Training mit dem Fokus auf einen guten „Einstieg“ in die insgesamt drei Stunden Schwinn® Cycling. Abwechslungsreich im Hinblick auf Intensitäten, Trittfrequenzen und auch bezüglich des Terrains.

10:00 - 10:50

Tobias Baginski
High End Endurance : „Fast steps lead quickly to the goal“

Konstante Ausdauerinheit im oberen Herzfrequenz-Trainingsbereich mit dem Fokus auf schnellere Trittfrequenzen. Diese spezielle Schwinn® Cycling-Class fordert Dich und vielleicht auch etwas deinen „inneren Schweinehund“. Nimmst Du die Herausforderung an?

11:00 - 11:50

Mustafa Morrhad
Hill-Class: „Don't hesitate to reach for the sky“

Konstante Kraft-Ausdauerinheit im oberen Herzfrequenz-Trainingsbereich. Eine simulierte reine Bergfahrt mit dem Versprechen, dass Du garantiert mit „oben“ ankommen wirst. Neben der körperlichen Beanspruchung wird Dich diese letzte und dritte Stunde auch vor eine mentale Prüfung stellen. The sky is the limit, reach for it!



PURE EMOTION BuchungsGARANTIE KEIN RISIKO für dich!

Gültig bei ALLEN Neubuchungen unserer Deutschland-Conventions 2023.

Sollte es zu einer COVID-19 bedingten Absage einer Veranstaltung kommen, erstatten wir 100% der Teilnahmegebühr. Zusätzlich ist eine **KOSTENLOSE** Stornierung ohne Angabe von Gründen und 100% Erstattung der Teilnahmegebühr bis zu einer Woche vor dem Event möglich! Die Teilnahmegebühr wird in diesen Fällen innerhalb einer Woche zurücküberwiesen. Eine Eventteilnahme ist unter Berücksichtigung der aktuellen Corona Schutzvorgaben am Eventtermin möglich.

Weitere Infos und Anmeldung unter www.pure-emotion.de

Folge uns auf Instagram und Facebook:

@pure_emotion_gmbh

pureemotiongmbh