

DONNERSTAG 07.04.2022

Der Einlass zum FIBO RIDE 2021 ist breits ab 08:00 Uhr möglich.

9:00 - 9:45	RHYTHMS AROUND THE WORLD In dieser Class verbinden unterschiedlichste Rhythmen aus der ganzen Welt mit kraftvollen Beats und ergeben so eine einzigartige, motivierende und schweißtreibende Gesamtkomposition.
Jean-Pierre Sy	
10:00 - 10:45	THE MOUTAIN CALLS Spüre die Wirkung auf deinen Körper, wenn sich Musik, Motivation und deine Herzfrequenz vereinen. Kein Berg ist zu hoch und keine Strecke zu lang. Intensität: 60% - 80% der maximalen HFQ; Farben Weiß bis Gelb.
Bernd Sauer	
11:00 - 11:45	MOVIE THEME RIDE In dieser Class erwarten dich emotionale Melodien aus bekannten Filmen. Dieser Soundtrack schafft den perfekten Rahmen um sich voller Energie und Motivation von der Musik tragen zu lassen.
Jean-Pierre Sy	

FREITAG 08.04.2022

Der Einlass zum FIBO RIDE 2021 ist breits ab 08:00 Uhr möglich.

9:00 - 9:45	FEEL THE SPIRIT Tauche ein in eine abwechslungsreiche Reise durch die Welt und fühle die aufbauende Energie. LZI 2:1
Julian Wilstermann	
10:00 - 10:45	ENERGY Erlebe eine Cycling Stunde voller Power und ENERGY - Let's GO!!
Sonja König	
11:00 - 11:45	TOGETHER AND NOT SOLO Gemeinsam erklimmen wir den Weg und treiben uns gegenseitig durch Höhen und Tiefen. BE TOGETHER Sports Cross
Julian Wilstermann	