

STUNDENPLAN

Samstag, 10. Okt. 2020

9:50 Begrüßung und Vorstellung des Presenter Teams

HALLE 1 (Tennishalle)

10:00-11:00

REMY HULEUX
STEP IMPACT



Laß' Dich von neuen kreativen und innovativen Impulsen begeistern.
Level 2-3

11:15-12:15

SEBASTIAN PIATEK
Papa on Step



Eine der Stunden, die du auf jeden Fall besuchen solltest. Sebastian ist bekannt für perfekten Aufbau und die Gabe, aus einer Stepstunde einen Event zu zaubern. Level 2-3

12:30-13:30

PAWEŁ ORACZ
Dance Step
Sensation



Eine Lehrstunde, in der der Name bereits alles sagt, mit der wirkungs-vollsten didaktischen Progression. Level 2-3

HALLE 2

10:00-11:00

PAWEŁ ORACZ
Dance
Sensation



Eine Lehrstunde, in der der Name bereits alles sagt, mit der wirkungs-vollsten didaktischen Progression. Level 2-3

11:15-12:15

ZENA SAHELI
Pure Dance



Tolle Pure Dance Stunde mit vielen Moves.
Level 3

12:30-13:30

GUILLERMO G. VEGA
Latino Dance



Es erwartet dich eine Stunde voller Power, schönen Schritt-kombinatio-nen und brillantem Aufbau.
Level 2-3

HALLE 3

10:00-11:00

TEAM TEACH
PowerRobic®



PowerRobic® ist ein hochintensives Kursworkout (HIT-Training), verpackt mit den Kulthits der 90er Jahre und vielen weiteren bekannten Beats. Level 1-3

11:15-12:15

JUTTA SCHUHN



Das X-Balance Kurskonzept setzt Group Fitness auf das nächste Level. Ein ganzheitliches Trainingskonzept das im höchsten Grad auf Körper und Geist wirkt. Level 1-3

PAUSE

14:15-15:15

ZENA SAHELI
Step & Dance



Tolle Step & Dance Stunde mit vielen Moves.
Level 3

14:15-15:15

SEBASTIAN PIATEK
Move & Groove



An explosive mixture that will inspire you - Eine der Stunden, die du auf jeden Fall besuchen solltest. Sebastian ist bekannt für perfekten Aufbau! Level 2-3

14:15-15:15

JUTTA SCHUHN
Dynamic Pilates



Level 1-3 powered by AIREX
In diesem Programm werden durch modifizierte Übungen aus Yoga und Pilates alle Muskeln effektiv gekräftigt und gedehnt.

15:30-16:30

Ulrike Aschenbrenner
KORCE®



Level 1-3 - Eine starke Körpermitte lässt uns aufrecht und selbstbewusst durch das Leben gehen.

15:30-16:30

MILAN ONDRUS
Step Moves



A popular style when used mainly for lower body. Inserting different kinds of methodology becomes more interesting. Level 2-3

15:30-16:30

GUILLERMO G. VEGA
Glam Dance



Dieser Kurs ist eine ideale Einführung für alle, die ihren eigenen Tanzstiel und Technik entwickeln wollen - egal ob Sie Anfänger oder Profi sind. Level 2-3

15:30-16:30

HOLGER FUCHS
Dynamic Training



Ideal für Sportbegeisterte, die die Energie eines Intervaltrainings sowie den Teamgeist und die Intensität eines Powerworkouts lieben.
Level 1-3

16:45-17:45

REMY HULEUX
Dance



Lass dich von dieser Stunde mitrei-ßen - „fette“ Beatz mit einer tollen Choreografie kombiniert!

16:45-17:45

Christian Spoerri
IRON CROSS®



Level 1-3 - Das mitreißende Lang-hanteltraining des IRON SYSTEM® steht für maximale Körperfettre-duktion, Straffung und Alltagskraft!

16:45-17:45

JUTTA SCHUHN
Senso Board



Der neue Kurs für Fansportler und Freunde des Functional Training. Das patentierte SENSOBOARD made in Germany ermöglicht einzigartige Trainingseffekte.
Level 1-3

16:45-17:45

REBECCA BARTHEL
SOCROCISE



SOCROCISE And exerCISE - wurde 2007 von Leonardo Picardi ent-wickelt und ist seit dem bei vielen Trainern und Teilnehmern in Mittel-europa im Vereins-sport, aber auch in Fitnessstudios beliebt. Level 2-3

Halle 6 Theorie Seminare. Ausführliche Infos unter www.pure-emotion.de

Hinweis: Theorie in Kürze online!

STUNDENPLAN

Sonntag, 11. Okt. 2020

9:50 Begrüßung und Vorstellung des Presenter Teams

HALLE 1 (Tennishalle)

10:00-11:00

ANTON TODOROV



Step Cut

Anton zeigt dir in dieser tollen Stunde einen tollen Aufbau, der am Ende mit einer schönen Choreographie verschmilzt!

11:15-12:15

PATRICK ARNOLD



Dance Step

Eine Stunde voller moves mit Patrick Arnold.
Level 2-3

12:30-13:30

MARCEL KUHN



Step n Dance

Es erwartet dich eine Stunde voller Power, schönen Schrittkombinationen und brillantem Aufbau.
Level 2-3

HALLE 2

10:00-11:00

PER MARKUSSEN



P-Dance

This class will inspire your teaching skills to the max. Per focuses on the breakdown part and presents great new moves to deal with. Level 2-3

11:15-12:15

MILAN ONDRUS



Disco Dance

Let loose, dance and sing along to this ultimate feel-good class! This is Disco at its best! Level 2-3

12:30-13:30

ANDREAS TRÖTSCHER



Step Impulsive

Symmetrisch, high intensive, rasanter Richtungswechsel, herausfordernde Schritte und Schnitttechniken
Level 2-3

HALLE 3

10:00-11:00

PAUL UHLIR



YOGA move meets softX

Die perfekte Synergie von Yoga und Fascia self release. Level 1-3
powered by: softX®

11:15-12:15

MARCEL KUHN



3D Rücken

Ein effektives Training ist die beste Prävention. Du sprichst mit jeder Übung alle Bewegungsrichtungen der Wirbelsäule an. Level 1-3

12:30-13:30

ANTON TODOROV



Dance Aerobic

Es erwartet dich eine Stunde voller Power mit Anton Todorov und seiner Dance Aerobic.
Level 2-3

HALLE 4

10:00-11:00

BODY CROSS



Body Weight & Tabata

In diesem Kurs bekommst du alles an theoretischem Wissen und praktischen Erfahrungen vermittelt, was du für einen erfolgreichen Start als Trainer benötigst. Level 1-3

11:15-12:15

MICHALE SÜSSBAUER



KORCE®

Level 1-3 - Eine starke Körpermitte lässt uns aufrecht und selbstbewusst durch das Leben gehen.

12:30-13:30

BODY CROSS



Bootcamp

Nach kurzem Warm-Up geht's rund. Dieses Workout powerd dich richtig aus! Level 2-3

PAUSE

14:15-15:15

PER MARKUSSEN



P-Step

Per's signature class, containing groundbreaking choreography and superb house music's-Step.
Level 3

14:15-15:15

MARCEL KUHN



DAYO

Klassische Yogaelemente verschmelzen mit tänzerischen Schrittfolgen!
Level 2-3

14:15-15:15

PAUL UHLIR



Das X-Balance Kurskonzept setzt Group Fitness auf das nächste Level. Ein ganzheitliches Trainingskonzept das im höchsten Grad auf Körper und Geist wirkt. Level 1-3

14:15-15:15

MARCUS SCHWEPPE



4STREATZ®

ist das dynamische Dance-Fitness-Workout für jeden Menschen mit Spaß an Bewegung! Egal welches Level: 4STREATZ® passt sich deiner Stufe an. Level 1-3

15:30-16:30

ANDREAS TRÖTSCHER



Dance the Step

Einfache tänzerische Step Choreo Symmetrisch, wenig Sprünge, tänzerische Step-Moves mit einfach nachvollziehbarer Aufbau.
Level 1-3

15:30-16:30

PATRICK ARNOLD



Dynamic Pilates

Dynamic Pilates unterscheidet sich von vielen anderen Pilates und Yoga Programmen. Level 1-3

15:30-16:30

TEAM TEACH



PowerRobic®

PowerRobic® ist ein hochintensives Kursworkout (HIT-Training), verpackt mit den Kulhitis der 90er Jahre und vielen weiteren bekannten Beats. Level 1-3

15:30-16:30

PAUL UHLIR



Soft X Faszien

Das Training reaktiviert, stabilisiert, vitalisiert und verbessert die körperlichen und mentalen Funktionen.
Level 1-3



Jeder Teilnehmern erhält ein Welcome Pack mit kostenlosen Fitness Riegeln, dazu kostenlose Getränke und Mineraldrink/ Wasser „All-you-can-drink“ sowie kostenloses Obst.

DFAV-Mitglieder 5,00 € Preisnachlass pro Tag. DFAV-Mitglieder können außerdem LVE's zur Lizenzverlängerung erhalten. 3 LVE'S für Praxis Stunden pro Tag und bis 4,5 LVE'S für Theorie Stunden. Am Wochenende bis zu 10,5 LVE'S möglich!