

PURE EMOTION FITNESS CONVENTION POWERED BY AIREX® & FIBO

in Köln auf der FIBO Messe am 10. April 2025

10:00	OPENING WELCOME TO THE AIREX WORLD
10:00 - 10:45	JUTTA SCHUHN X-BALANCE RÜCKEN FIT Ein starker Rücken ist die Basis für ein gesundes Leben. In diesem abwechslungsreichen Training werden alltagsnahe Übungen mit dem Balance Pad kombiniert, um die Tiefenmuskeln gezielt zu aktivieren. Jutta zeigt, dass Rückentraining nicht nur effektiv, sondern auch spannend und vielseitig sein kann. Lass dich begeistern und gewinne im Anschluss an die Masterclass dein persönliches AIREX Balance-Pad.
15'	AIREX-VERLOSUNG
11:00 - 11:45	JANA SPRING FUNSTONE – FUNCTIONAL FATBURNER Die intelligente FunStone-Struktur katapultiert dieses Functional Workout zum beliebten Kalorienkiller im Gruppenfitness. Kurzweilige und einfache AIREX-Spring-Rope-Einheiten kombiniert mit effizienten funktionellen Übungen, verbrennen spielerisch auch hartnäckige Kalorien und begeistern jeden Teilnehmer. Worauf kommt es an? Lass dich begeistern und gewinne im Anschluss an die Masterclass dein persönliches AIREX Spring-Rope.
15'	AIREX-VERLOSUNG
12:00 - 12:45	MELLI KLABUHN BALANCE meets STRENGTHS Gleichgewicht und Kräftigung verschmelzen in diesem Training zu einer harmonischen Einheit. Mithilfe von Balance Pad und einer Hantelstange werden nicht nur die Muskeln von Beinen, Oberkörper und Rumpf gestärkt, sondern auch die Tiefenmuskulatur aktiviert. So wirst du stärker, beweglicher und findest deine Balance zurück. Lass dich begeistern und gewinne im Anschluss an die Masterclass dein persönliches AIREX Balance-Pad.
15'	AIREX-VERLOSUNG
14:00 - 14:45	MELLI KLABUHN YOGA-FLOW Spüre deine Kraft und innere Ruhe im Fluss! Dynamische, kraftvolle Asanas verschmelzen zu einem harmonischen Flow. Der Einsatz des Balance Pads fordert nicht nur dein Gleichgewicht und die Tiefenmuskulatur, sondern eröffnet dir auch neue Variationen in deiner Yogapraxis. Lass dich begeistern und gewinne im Anschluss an die Masterclass deine persönliche AIREX Matte..
15'	AIREX-VERLOSUNG
15:00 - 15:45	JANA SPRING FUNSTONE – FUNCTIONAL REVOLUTION Mit absoluter Perfektion präsentiert Jana abwechslungsreiche Functional-Übungen mit dem neuesten Produkt aus dem Hause AIREX. Mithilfe von Mini-Bands legt Jana den Fokus auf die Hüft-Mobilität. Der perfekte Aufbau jeder einzelnen Übung ist dabei entscheidend. Lass dich begeistern und gewinne im Anschluss an die Masterclass dein persönliches Miniband-Kit.
15'	AIREX-VERLOSUNG
16:00 - 16:45	JUTTA SCHUHN X-BALANCE FASCIA & MOBILITY Zwei essenzielle Elemente, die sich wunderbar ergänzen und viele Menschen ansprechen. Stabilisationsübungen verbinden sich hier harmonisch mit Mobility- und Stretching-Elementen, um einen fließenden, entspannenden Flow zu schaffen. Genieße den Moment in vollen Zügen! Lass dich begeistern und gewinne im Anschluss an die Masterclass deine persönliches AIREX Matte.
16:45 - 17:00	VERLOSUNG & GOODBYE Sei dabei und gewinne im Anschluss an der Pure Emotion Fitness Convention dein persönliches Fitness-Trainings-Set.