STUNDENPLAN

PURE EMOTION CONVENTION 20. - 21 JUNI 2026 IN FÜRTH

SAMSTAG 20.06.2026

	Einlass 9:00	10:00 - 11:00	11:15 - 12:15	12:30 - 13:30	Pause	14:15 - 15:15	15:30 - 16:30	16:45 - 17:45
Halle 1		LUCIANO MOTTOLA Aero Step L 2-3	DANIELE MATTEOTTI STEP L 2-3	SEBASTIAN PIATEK Dance Sensation L 2-3		ANDREAS MJOEN Dance Step L 2-3	SEBASTIAN PIATEK Step Sensation L 2-3	ANDREAS MJOEN Dance Aerobic L 2-3
Halle 2		SIMONE BEHREND KORCE L 1-3	ROMAN BAYER INTENSITY FLOW - Low Intensity Interval Training (LIIT) L 2-3 EUROEDUCATION European Fitness School	SIMONE BEHREND YONGA L 1-3		SIMONE BEHREND boosfar L 1-3	JUTTA SCHUHN LIVADUR Vitality Workout powered by Livadur L 1-3	ROMAN BAYER HY – Functional HIIT meets Yoga L 2-3 EUROEDUCATION European Fitness School
Halle 3			JUTTA SCHUHN AIREX Pilates meets Balance Pad L 1-3	LUCIANO MOTTOLA EASY Step L1-2		LUCIANO MOTTOLA Aero Dance L 2-3	DANIELE MATTEOTTI Danec Aerobic L 2-3	

Änderungen aus organisatorischen Gründen vorbehalten - Ausführliche Stundenplanbeschreibungen unter www.pure-emotion.de

STUNDENPLAN

PURE EMOTION CONVENTION 20. - 21 JUNI 2026 IN FÜRTH

Sonntag, 21.06.2026	Einlass 9:00	10:00 - 11:00	11:15 - 12:15	Pause	12:45 - 13:45	14:00 - 15:00
	Halle 1	MARIO SCHMIDT Step from Vienna L 2-3	ANDREAS MJOEN Dance Step L 1-3		MILAN ONDRUS Dance Step L 2-3	IVAN KEIM Step Argentina L 2-3
	Halle 2	MILAN ONDRUS Dance Aerobic L 2-3	IVAN KEIM Dance Aerobic L 2-3		MARIO SCHMIDT Dance from Vienna L 2-3	

Änderungen aus organisatorischen Gründen vorbehalten - Ausführliche Stundenplanbeschreibungen unter www.pure-emotion.de

Daniele Matteotti - Dance Step
Mit ausdrucksvollen Tanz Moves und einem perfekten Aufbau wird dir eine Master Class mit einer fantasievolle Choreographie präsentieren. Ein MUSS für jeden Step Fan.

Daniele Matteotti - Dance Aerobic
Dance Aerobic-Stunde, in der Aerobic-Schritte zu den ungewoenlichen, interessanten, taenzerischen Bewegungen verwandelt werden.

Mario Schmidt - Step from Vienna
Mit ausdrucksvollen Step Moves und einem perfekten Aufbau wird dir Mario eine Master Class mit einer fantasievolle Choreographie präsentieren. Ein MUSS für jeden Step Fan.
Step Moves made in Vienna!

Mario Schmidt - Functional Flow
Dieses Funktional-Workout ist durch seine fließende Bewegungsabfolgen besonders effektiv! Du trainierst nur mit dem eigenen Körpergewicht und brauchst lediglich eine Matte.
Funktionelle Bewegungsabläufe, Mobilitätsübungen, Kraft und Körperkontrolle werden zu fliessenden Sequenzen vereint. Lerne wie du einfach Übungen kombinierst, deine eigenen Sequenzen erstellst und sie simpel unterrichtest! Integriere deine Sequenzen in deine klassische Bodyworkstunde oder unterrichte die ganze Stunde im Flow.

Martial Pustoch - Dance Step
Dieses Programm mit toller Choreographie mischt alle Stile und alle Inspirationen. Es ist ein wunderbarer Kontrast von Bewegungen, Springen und Tanzen. Step made in Spain

Martial Pustoch - Dance Aerobic
Es erwartet dich eine Stunde voller Power, schönen Schrittkombinationen und brillantem Aufbau.

Ivan Keim - Step Argentina
Mit ausdrucksvollen Tanz Moves und einem perfekten Aufbau wird dir eine Master Class mit einer fantasievolle Choreographie präsentieren. Ein MUSS für jeden Step Fan.

Ivan Keim - Dance - Dieses Programm mit sehr einfache Choreographie mischt alle Stile und alle Inspirationen.Es ist ein wunderbarer Kontrast von Bewegungen, Springen und Tanzen.

Daniele Matteotti - Dance Step Step-Klasse mit nur Symetrics-Teil. Brainstorming!

Daniele Matteotti - Dance Aerobic Dieses Programm mit sehr lanspruchsvoller Choreographie mischt alle Stile und alle Inspirationen. Es ist ein wunderbarer Kontrast von Bewegungen, Springen und Tanzen.

Ivan Keim - Dance Step
Es erwartet dich eine Stunde voller Power, schönen Schrittkombinationen und brillantem Aufbau. Erlebe Ivan in seinem Element und lass dich von ihrer positiven Energie anstecken

Ivan Keim - Dance - Dies ist eine hervorragende Gelegenheit dein Tanzvokabular mit einigen Herausforderungen zu erweitern! Jede Menge Spaß garantiert!!

Ivan Keim - Functionall Flow - ine Möglichkeit, den Körper zu formen, die Muskeln des gesamten Körpers zu stärken und zu dehnen, Rücken- und Gelenkschmerzen zu lindern und Stress abzubauen. Die Class verbindet Gleichgewicht, Mobilisierungsübungen und dynamisches Dehnen für ein perfektes Gleichgewicht der Muskeln (Stärkung und Dehnung) und harmonisiert Geist und Körper

Jutta Schuhn - Vitality Workout powered by Livadur
Den Rest des Lebens Fit und Gesund bleiben - wohl der Wunsch von uns allen! Und dafür können wir eine ganze Menge tun. Mit diesem Programm hat Jutta ein Workout zusammen gestellt das alle Komponenten, die genau dafür wichtig sind, beinhaltet. Und das alles auch noch abwechslungsreichen Übungen, mit Power, Spaß und mit verschiedenen Leveln. Dadurch passt es für fast alle Altersgruppen. Koordination, Balance, Kraft, Ausdauer und „Kopfentspannung“ - alles vereint in einem spannenden und neuartigen Programm. Freu dich auf eine Workoutreise mit großem Mehrwert.

Jutta Schuhn - X-Balance Intervall Burner - Balance Pad
Eine super Kombi - perfekt zum Kalorienverbrennen und was für den Körper tun. Cardioelemente werden mir Kraft, Stability und Mobility Elementen verbunden. So entsteht ein tolles und hocheffektives Training das genau das Richtige ist für alle die Fettt verbrennen wollen und gleichzeitig die Muskeln, incl. Tiefenmuskeln kräftigen wollen. Burn & Tone…

Simone Behrend - KORCE®
Eine starke Körpermitte lässt uns aufrecht und selbstbewusst durch das Leben gehen. Gleichzeitig sorgt dieses Kraftzentrum zusammen mit einer entsprechenden Mobilität dafür, Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen. Ein athletisches Training bringt uns zudem ein gutes Körpergefühl und unterstützt den Lifestyle.
Kräftigungsübungen mit dem Fokus „Core“ werden zeitgemäß und sinnvoll mit Mobility- und Stabilitätsübungen kombiniert. Mit dem dynamischen Workout werden neue Ziele erreicht, wie z.B. eine spürbare Körper-und Haltungsveränderung.
Sei kraftvoll und geschmeidig! KORCE bringt dich auf den Weg – mit dem eigenen Körpergewicht und Hilfsmitteln wie Zusatzgewichte oder Tubes.

Simone Behrend - YONGA®
Hektik und Stress sind häufig Bestandteile unseres Alltags. Wir wünschen uns einen Ausgleich: Zeit für Gedanken, Freude an Bewegung und Auftanken von Energie. Gleichzeitig durchlaufen wir mit der Natur die Jahreszeiten. Sie bestimmen unsere Energie, stellen uns vor unterschiedliche Herausforderungen und geben uns verschiedene Möglichkeiten.
Diese Energien der Jahreszeiten werden zeitgemäß in Bewegungsabfolgen gebracht. So sorgen Einflüsse aus z.B. Qi-Gong, Yoga und Tai Chi für ein modernes holistisches Training. Spüre die Synergie aus Kräftigung, Beweglichkeit und Balance. Dabei nehmen Atmung und Wahrnehmung eine wichtige Rolle ein.
Entschleunige deinen Alltag mit YONGA – deinem Grouptraining ohne Zusatz-Equipment.

Simone Behrend - Boostar
Dieser holistische Cardio-Mix kombiniert einfache athletische Bewegungen äußerst kurzweilig zu einem Herzkreislauf-Booster mit rekordverdächtigem Kalorienumsatz! Wir sprechen hier von einem All-in-One-Cardio-Workout: hocheffektiv und dabei super kurzweilig. BOOSTAR deckt alle notwendigen Bereiche des Herz-Kreislauf-Trainings ab. Verschiedene metabolic Conditioning Protokolle werden super harmonisch mit ruhigeren und beruhigenden Ausdauermethoden kombiniert. Du beginnst die Stunde, wir führen Dich in das „Runner’ High“ und plötzlich ist die Stunde schon vorbei. Das war‘s, 50 Minuten fühlen sich an wie 30 und Du nimmst das wunderbare Gefühl von „Ich habe es geschafft“ und das Runner’s High mit sich!Das Ergebnis spiegelt sich im Alltag wider in Deiner mitreißenden Energie und beeindruckenden Vitalität.

Milan Ondrus - Dance Step
Es erwartet dich eine Stunde voller Power, schönen Schrittkombinationen und brillantem Aufbau. Erlebe Milan in
seinem Element und lass dich von ihrer positiven Energie anstecken

Milan Ondrus - Dance Aerobic
Dies ist eine hervorragende Gelegenheit dein Tanzvokabular mit einigen Herausforderungen zu erweitern! Jede Menge Spaß garantiert!!

Roman Bayer - INTENSITY FLOW - Low Intensity Interval Training (LIIT)
INTENSITY FLOW – LIIT – Low Intensity Interval Training für Kraft, Mobility und Ausdauer im Flow!
Das brandneue Intervall-Programm: Ein moderates Intervalltraining, das funktionelle Bodyweight-Übungen und fließende Mobility-Flows vereint – perfekt für alle Fitnesslevel und ideal, um den Körper zu stärken und gleichzeitig gezielt zu fordern. LIIT (Low Intensity Interval Training) beinhaltet die bewährten Vorteile des Intervalltrainings mit einer moderaten Belastungsintensität und fokussiert sich dabei auf kontrollierte Bewegungen, die den Körper nicht überbelasten aber dennoch effektiv stärken. Egal ob Anfänger, Fortgeschrittener, Best Ager oder übergewichtige Teilnehmer – dieses Workout ist ideal für alle Fitnesslevel geeignet. In den intensiveren Phasen (60 Sekunden) stehen funktionelle Bodyweight-Übungen im Fokus, die sowohl Ausdauer als auch Kraft fördern. In den ruhigeren Phasen des Intervalls (30 Sekunden) werden verschiedene Mobility-Übungen fließend kombiniert, um den Körper optimal auf die nächste Belastungsphase vorzubereiten.
Untermalt wird das Training von genialen, melodischen Deep House Beats, die dich zusätzlich motivieren und in den Flow bringen.

Roman Bayer - HY – Functional HIIT meets Yoga Flow
Zwei effektive Trainingsarten in einem Konzept!
Nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen sind gerade Yoga und HIIT wertvolle Trainingsarten, um den Körper fit und gesund zu halten. Yoga, weil es Körper und Geist in Einklang bringt, für mehr Beweglichkeit und Kraft sorgt. HIIT, weil es in seiner Effektivität und in seiner Wirkung auf den Körper maximale Ergebnisse erzielt. Kombiniert sind sie gerade in der heutigen Zeit ein unschlagbares Duo.