STUNDENPLAN

PURE EMOTION CONVENTION 12. JUNI 2027 IN FÜRTH

SAMSTAG 12.06.2027

	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	16:45 - 17:45
	Halle 1	DANIELE MATTEOTTI STEP L 2-3	CARLOS RAMIREZ Latino Dance L 2-3	PER MARKUSSEN P-STEP L 2-3		MILAN ONDRUS Dance no LImit L 2-3	CARLOS RAMIREZ Step Spain L 2-3	SEBASTIAN PIATEK Dance Sensation L 2-3	MILAN ONDRUS Dance Step L 2-3
	Halle 2	MARCEL KUHN CORE 3D by IFAA 4 All	ROMAN BAYER INTENSITY FLOW - Light Intensity Interval Training (LIIT) L 2-3 EUROEDUCATION European Fitness School	JUTTA SCHUHN Pilates Floe 4 all		NEUER TOP TREND 2027 WEITERE INHALTE IN KÜRZE	JUTTA SCHUHN AIREX Pilates meets Balance Pad 4 all	NEUER TOP TREND 2027 WEITERE INHALTE IN KÜRZE	PER MARKUSSEN P-DANCE L 2-3
	Halle 3	NEUER TOP TREND 2027 WEITERE INHALTE IN KÜRZE	SANDRA BURDET Easy Dance L1 Einsteigerkurse	DANIELE MATTEOTTI Easy Dance L1 Einsteigerkurse		SEBASTIAN PIATEK FREEK Step L 1 Einsteigerkurse	ROMAN BAYER HY – Functional HIIT meets Yoga 4 all EUROEDUCATION European Fitness School	MARCEL KUHN Easy Step L1 Einsteigerkurse	SANDRA BURDET DAYO Dance Yoga L1-2

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

STUNDENPLAN

DANCE & STEP SPECIAL 13. JUNI 2027 IN FÜRTH

Sonntag, 13.06.2027	Einlass 9:00	10:00 - 11:00	11:15 - 12:15	Pause	12:30 - 13:30	13:45 - 14:45
	Halle 1	ANDREAS MJOEN Dance Step L 2-3	MATTIA DIAMANTINI Dance Aerobic L 2-3		ANDREAS MJOEN Dance Aerobic L 2-3	MATTIA DIAMANTINI Step L 2-3
	Halle 2	ZUMBA® INFO IN KÜRZE	ZUMBA® INFO IN KÜRZE		ZUMBA® INFO IN KÜRZE	ZUMBA® INFO IN KÜRZE

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.

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.

Mattia Diamamantini- 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

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

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…

Jutta Schuhn - Pilates Flow
Der etwas anderes Pilates Kurs, für alle Teilnehmer die schon etwas Pilates Erfahrung haben.
Jutta setzt hier effektive und sichere Pilates Übungen so zusammen, das ein Fluss „Flow“
entsteht und der Ablauf wie in einer Choroegrahie stattfindet!

Sandra Burdet- DAYO
Dance-Yoga Inspiriert vom Verständnis der richtigen Nutzung der Vitalenergie, verbindet DAYO Methoden aus der östlichen und westlichen Trainingsmethodik. Klassische Yogaelemente verschmelzen dabei mit tänzerischen Schrittfolgen! Fließende Bewegungsabläufe, basierend auf Ganzkörperübungen, die gleichermaßen Kraft, Körperhaltung, Beweglichkeit, Balance und Koordination verbessern, stehen hier im Fokus.

Sandra Burdet - Dance
Die Verbindung von Tanz und Cardio-Workout. Erlerne zu trendiger Musik eine kreative Choreografie bestehend aus verschiedenen Aerobic- und Tanzelementen. Let‘s dance, sweat and have fun!

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.