

Uhrzeit	WAS	WO 
19:00	EINLASS	EG
	Spinning KJC Nico mit MA Sport	EG
Always:	INFO Lounge FOOD TEST-FOOD KJC Pouvermove Youmesense Catering	1. OG
19:15	BEGRÜSSUNG	INFO LOUNGE 1. OG
START 19:30	Bootcamp meets HYROX Pauermove	OUTDOOR VOR DEM HAUPTINGANG (Schlechtwetter: Deep Work UG)
	Tae Bo KJC mit Steffi und Melli	UG
	Spinning KJC mit Nico	EG
	Power Workout Leg Burn KJC mit Michele	1. OG (Hinterer Bereich)
	Zumba KJC mit Tatjana	2. OG (Vorderer Bereich)
	Kraft-Training Pauermove	2. OG (vorderer Bereich)
	Hula Hoop KJC mit Yvonne und Ines	2. OG (Hinterer Bereich)
	DROPSET Test & Try adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	LES MILLS adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	Pilates Pauermove mit Stefanie	3. OG (Vorderer Bereich)
	YOGA Vinjassa Flow Alle Level Maima Lounge mit Nina	3. OG (Hinterer Bereich)
	Pimp up your Shoe Individualisiere deine Sportschuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Laufanalyse Gesundheitszentrum Abbing mit Hanna Heinitz und Jessica Maack	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try Running Shoes BROOKS, ON, NEW BALANCE, SALOMON Schuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try Power Bar Food	EG (Vorderer Bereich)
	Test + Try Training Shoes NIKE Trainings-Schuhe für Workouts	Outdoor EG
	INFO + Meeting Area POLAR: EKG Test-Gewinne ein Polar Loop! KJC: SECA- ANALYSE PAUERMOVE: YOUNESENSE	1. OG
	Test + Try Trainings Shoes adidas Drop-Set Training Schuhe für Workouts	2. OG (Hinterer Bereich)
20:00	Vortrag: Achtsamkeit Max Althammer	1. OG INFO LOUNGE
20:15	GRAVEL-RUN zur Veitsburg mit Michael Epp von Mi-Ka	EG, Haupteingang
START 20:15	Bootcamp meets HYROX Pauermove	OUTDOOR VOR DEM HAUPTINGANG (Schlechtwetter: Deep Work UG)
	Tae Bo KJC mit Steffi und Melli	UG
	Spinning KJC mit Nico	EG Vorderer Bereich
	Power Workout Leg Burn KJC mit Michele	1. OG (Hinterer Bereich)
	Zumba KJC mit Tatjana	2. OG (vorderer Bereich)
	Kraft-Training Pauermove	2. OG (vorderer Bereich)
	Hula Hoop KJC mit Yvonne und Ines	2. OG (Hinterer Bereich)
	DROPSET Test & Try adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	LES MILLS adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	Pilates Pauermove mit Stefanie	3. OG (Vorderer Bereich)
	YOGA Basic Anfänger Maima Lounge mit Nina	3. OG (Hinterer Bereich)
	Pimp up your Shoe individualisiere deine Sportschuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Laufanalyse Gesundheitszentrum Abbing mit Hanna Heinitz und Jessica Maack	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try BROOKS, ON, NEW BALANCE, SALOMON Schuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try Power Bar Food	EG (Vorderer Bereich)
	Test + Try NIKE Trainings-Schuhe für Workouts	Outdoor EG
	INFO + Meeting Area POLAR: EKG Test-Gewinne ein Polar Loop! KJC: SECA- ANALYSE PAUERMOVE: YOUNESENSE	1. OG
	Test + Try Trainings Shoes adidas Drop-Set Training Schuhe für Workouts	2. OG (Hinterer Bereich)

Uhrzeit	WAS	WO
20:30	Vortrag: Sport ist Mord Sportklinik Dr. Tobias Fabian	1. OG INFO LOUNGE
START 21:00	Bootcamp meets HYROX Pauermove	OUTDOOR VOR DEM HAUPTINGANG (Schlechtwetter: Deep Work UG)
	Faszien Training Pauermove mit Nico	UG
	Tae Bo KJC mit Steffi und Melli	UG
	Spinning KJC mit Nico	EG
	Power Workout Leg Burn KJC mit Michele	1. OG (Hinterer Bereich)
	Zumba KJC mit Tatjana	2. OG (Vordeer Bereich)
	Kraft-Training Pauermove	2. OG (vorderer Bereich)
	Hula Hoop KJC mit Yvonne und Ines	2. OG (Hinterer Bereich)
	LES MILLS adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	DROPSET Test & Try adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	Pilates Pauermove mit Stefanie	3. OG (Vorderer Bereich)
	YOGA Power Yoga Fortgeschrittene Maima Lounge mit Nina	3. OG (Hinterer Bereich)
	Pimp up your Shoes individualisiere deine Sportschuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Laufanalyse Gesundheitszentrum Abbing mit Hanna Heinitz und Jessica Maack	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try BROOKS, ON, NEW BALANCE, SALOMON Schuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try Power Bar Food	EG (Vorderer Bereich)
	Test + Try NIKE Trainings Schuhe	Outdoor EG
	INFO + Meeting Area POLAR: EKG Test-Gewinne ein Polar Loop! KJC: SECA- ANALYSE PAUERMOVE: YOUNESENSE	1. OG
	Test + Try Trainings Shoes adidas Drop-Set Training Schuhe für Workouts	2. OG (Hinterer Bereich)
Uhrzeit	WAS	WO
21:00	Vortrag: Nährstoffberatung mit Pauermove	1. OG INFO LOUNGE
21:30	CITY-NACHTLAUF (30 Min) Michael Epp von Mi-Ka	OUTDOOR EG
START 21:45	Faszien Training Pauermove mit Nico	UG
	Bootcamp meets HYROX Pauermove	OUTDOOR VOR DEM HAUPTINGANG (Schlechtwetter: Deep Work UG)
	Tae Bo KJC mit Steffi und Melli	UG
	Spinning KJC mit Nico	EG
	Power Workout Leg Burn KJC mit Michele	1. OG (Hinterer Bereich)
	Zumba KJC mit Tatjana	2. OG (Vordeer Bereich=
	Kraft-Training mit Pauermove	2. OG (vorderer Bereich)
	DROPSET Test & Try adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	Hula Hoop KJC mit Yvonne und Ines	2. OG (Hinterer Bereich)
	LES MILLS adidas	2. OG (Hinterer Bereich)
	Pilates Pauermove mit Stefanie	3. OG (Vorderer Bereich)
	YOGA Gute nacht Flow alle Levels Maima Lounge mit Nina	3. OG (Hinterer Bereich)
	Tae Bo KJC mit Steffi und Melli	UG
	Spinning Nico vom KJC	EG
	Bootcamp meets HYROX Pauermove	OUTDOOR EG (Schlechtwetter: UG)
	Pimp up your Shoes individualisiere deine Sportschuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Laufanalyse Gesundheitszentrum Abbing mit Hanna Heinitz und Jessica Maack	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try BROOKS, ON, NEW BALANCE RUNNING Schuhe	EG (Hinterer Bereich)
	Test + Try NIKE Trainings Schuhe	Outdoor EG
	INFO + Meeting Area POLAR: EKG Test-Gewinne ein Polar Loop! KJC: SECA- ANALYSE PAUERMOVE: YOUNESENSE	1. OG
	Test + Try Trainings Shoes adidas Drop-Set Training Schuhe für Workouts	2. OG (Hinterer Bereich)
22:30 Uhr	Get Together und Ausklang	1. OG