

Bühnenprogramm

Impulsvortrag mit Fitnesstrainerin und Puma Markenbotschafterin: **LEA LIGHT**

Vortrag von **TOBI KRIEHUBER** über Training, Ernährung, Hormone und Mindset

Show und Tanz-Schnupper -Workshop mit der Tänzerin des Nationaltheater Mannheims **ZOULIFA CHONIAZOWA**

Vortrag von **EROL VIZETHUM** von S-Thetics über "Das perfekte Essen nach dem Training - so wird Dein Workout zum Erfolg"

Showeinlagen von **POLE AND MOVE**

Lässige Beats von **DJANE BLOSSOM GOOD**



Trainings

TABATA UND CORE WORKOUT
(mit Erol Vizethum)

JUMPING FITNESS
&
POLEDANCING
(mit Pole and Move)

TRX
&
BLACKROLL
(Mit Coach Klotz)

RUSH SESSION
(mit Under Armour & Pfitzenmeier)

Anschauen & Reinschnuppern

YOGA mit Deha und Yogalehrerin Caroline Hopp von
Yogaflow Mannheim

MYBESTBODY mit Bewegungs-Coach und Personal
Trainerin Nadja Koller

YOGA-SEIL Übungen mit adidas Coaching

CATCH THE RECORD mit ASICS Frontrunnerin Laura
Chacon Biebach

MEET & GREET mit der deutschen Meisterin im
Stabhochsprung Jacqueline Otchere

Q&A mit Lea Light

BRA COACHINGS mit adidas, Reebok und Nike

TEST & TRY mit Fitter You

FEEL GOOD Proben und Beratung mit Douglas Mannheim

BIKE FITTING mit Dr. Tofaute

LAUFANALYSE mit Orthopädie Trautmann

GET TO KNOW der engelhorn sportsguide und die
engelhorn community

JUMPING FITNESS & POLEDANCING mit Pole and Move