



FLOW CULTURE

Tanzen – Kämpfen – Spielen

Kurse

Ein Kurs besteht aus 12. Einheiten

DIENSTAG AB 4. MÄRZ

16:30–18:00	Parkour & Movement Kinder / Jugendliche (ab 10 Jahren)	Freerunningpark Krems	€ 180
18:30–20:30	Flow Play Erwachsene	Krems pro Einheit	€ 30

MITTWOCH AB 5. MÄRZ

16:00–17:30	Trampolin & Akrobatik Kinder / Jugendliche (ab 10 Jahren)	Plank am Kamp	€ 180
18:00–19:30	Flow Fitness Erwachsene	Plank am Kamp	€ 200

DONNERSTAG AB 6. MÄRZ

16:00–17:30	Flow Fight Kinder / Jugendliche (ab 10 Jahren)	Oberwöbling	€ 180
18:00–20:00	Flow Fight Erwachsene	Oberwöbling	€ 240

Workshops

FLOW DANCE 21 (Dj T.A.N.Z)	Für Alle	26. Jänner 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW FIGHT DAY 7	Erwachsene / Jugendliche	16. Februar 10–17 Uhr	Oberwöbling	€ 120
FLOW DANCE 22 Arnos Geb. Special (Dj ROSEANNE)	Für Alle	23. Februar 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW DANCE 23 (Dj NATIVE MIND)	Für Alle	30. März 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW DANCE 24 (Dj FOUR ELEMENTS)	Für Alle	27. April 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
PARKOUR (Basis)	Erwachsene / Jugendliche	1. Mai 10–12 Uhr	Freerunningpark Krems	€ 40
HANDSTAND (Anfänger)	Erwachsene / Jugendliche	1. Mai 13–16 Uhr	Freerunningpark Krems	€ 60
FLOW FIGHT DAY 8	Erwachsene / Jugendliche	3. Mai 10–17 Uhr	Plank am Kamp	€ 120
FLOW DANCE CAMP 1	Für Alle	23.–25. Mai	Plank am Kamp	€ 280
FLOW DANCE 25 (Dj Bramaji)	Erwachsene / Jugendliche	25. Mai 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW DANCE 26 (Dj LOST IN SOMA)	Für Alle	29. Juni 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW DANCE 27 (Dj MAELA)	Für Alle	27. Juli 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW FIGHT CAMP 2	Erwachsene / Jugendliche	15.–17. August	Plank am Kamp	€ 280
FLOW DANCE 28 (Dj SIA MOAN)	Für Alle	31. August 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
PLAY CAMP 6	Erwachsene / Jugendliche	12.–14. September	Kraftquelle Wachau	€ 280
FLOW DANCE 29 (Dj JOY BOY)	Erwachsene / Jugendliche	28. September 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW YOUR LIFE (Intensiv Seminar)	Erwachsene	24.–26. Oktober	Plank am Kamp	€ 360
Ausbildung zum Dipl. OUTDOOR MOVEMENT TRAINER	Erwachsene	2025/26	Raum Krems/St.Pölten	€ 2.800

INFO & ANMELDUNG

arnofuernsinn@gmx.at | 0660 / 6844137

Weitere Infos unter flowculture.at