FLOW CULTURE

Tanzen – Kämpfen – Spielen

Kurse

Ein Kurs besteht aus 12. Einheiten

DIENSTAG AB 7. OKTOBER

16:00–17:30	**Parkour & Freerunnig**	Jugendliche (ab 12 Jahren)	Freerunningpark Krems	€ 180
18:00–20:00	**Flow Play**	Erwachsene	Krems	€ 240

MITTWOCH AB 8. OKTOBER

16:00–17:30	**Flow Fight-Jugend**	Jugendliche	Plank am Kamp	€ 180
18:00–20:00	**Flow Fitness**	Erwachsene	Plank am Kamp	€ 240

DONNERSTAG AB 9. OKTOBER

18:00–20:00	**Flow Fight**	Erwachsene	Oberwölbling	€ 240

Workshops

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)	Für Alle	28. September | 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW YOUR LIFE (Intensiv Seminar)	Erwachsene	24.–26 Oktober	Plank am Kamp	€ 360
FLOW DANCE 30 (Dj BRAMAJI)	Für Alle	26. Oktober | 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
PARKOUR (Basis)	Erwachsene / Jugendliche	8. November | 10–12 Uhr	Freerunningpark Krems	€ 40
HANDSTAND (Anfänger)	Erwachsene / Jugendliche	8. November | 13–16 Uhr	Freerunningpark Krems	€ 60
FLOW FIGHT DAY	Erwachsene / Jugendliche	16. November | 10–17 Uhr	Oberwölbling	€ 120
FLOW DANCE 31 (Dj VENUSfrequency)	Für Alle	30. November | 17–21 Uhr	Plank am Kamp	€ 35
FLOW FIGHT DAY	Erwachsene / Jugendliche	13. Dezember | 10–17 Uhr	Oberwölbling	€ 120
FLOW FIGHT – FASTENWOCHE	Für Erwachsene	17. Jänner – 24. Jänner	Kloster Pernegg	€ 1200
Ausbildung zum Dipl. **OUTDOOR MOVEMENT TRAINER**	Für Erwachsene	2025/26	Raum Krems / St.Pölten	€ 2800

INFO & ANMELDUNG

arnofuernsinn@gmx.at | 0660 / 6844137

Weitere Infos unter **flowculture.at**

Medieninhaber: Arno Fürnsinn, Laaben 215, 3053 Laaben