Videos ´rund um die Trends

Aerial Yoga im Homestudio

Aquabouncing -
Nur fliegen ist schöner!

Aqua Zumba -
Von der Wassergymnastik zur Pool Party

AROHA -
Vom Kriegs- zum Fitnesstanz

Barre Concept - Fitness an der Stange

Bokwa -
Tanzen nach Zahlen und Buchstaben

Bossaball

Bouldern -
Klettern mit minimalen Aufwand

Bubble Ball -
Die aufgeblasene Fußballvariante

Bumball

Crossboccia -
Ein Trend lebt weiter!

Crossminton - Das rasante Spiel

Crunning - Krabbeln für die Fitness

Drums Alive - Trommelnd zur Fitness

Float Fit - Aquafitness auf der Matte

Functional Training - Zurück zu den Wurzeln

Fußballgolf - Von einfach
bis ganz schön schwer

Fuwate

Geocaching - Digitale Schatzsuche

Headis - Mit Köpfchen erfolgreich

Hot Hula - Fitnesstanzen auf Polynesisch

Juggern - Der Endzeitsport

KAPOW - Cardio-Power-Workshop

Kin-Ball - Das Spiel mit dem Monsterball

Le Parcour - Die rasante Trendsportart

Longboarding - Alter Trend, Neuer Trend

Piloxing - Mix aus Pilates und Boxen

Plogging - Laufen für die Umwelt

Pole Dance - Geschmeidig und Kraftvoll an der Stange

Slackline - Von der Kleinkunst zu einer Sportart

Slashpipe Fitness - Powertraining für Körper & Geist

Speed-Badminton - Das rasante Spiel

Stand up Paddling -
Die Leichtigkeit des Seins

Sport Stacking -
"Stapeln was das Zeug hält!"

Sumpffußball - Funsportspiel aus Finnland

SUP Yoga - Wasser statt Halle

TABATA - Workout für Extreme

T3 Ping Pong - Tischtennis zu 6

Walking Football - Fußball einmal anders

Xelerate/Prama - Springen, Hüpfen, Berühren

ZipChip - Frisbee im Hosentaschenformat

Zumba Step - Zumba intensiv