KURSPLAN 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
			
			NEU **Core Workout** **16:30 - 17:00 Uhr**
	Mobility 17:00 - 18:00 Uhr	**Core Workout** 17:30 - 18:00 Uhr	**Team Crosstraining** 17:00 - 18:00 Uhr
Crosstraining 17:00 - 18:00 Uhr	**Tabata** 18:00 - 19:00 Uhr	**Crosstraining** 18:00 - 19:00 Uhr	**H.I.I.T** 18:00 - 19:00 Uhr
Power Step 18:00 - 19:00 Uhr	NEU **Crosstraining** **19:00 - 20:00 Uhr**	**Mobility** 19:00 - 20:00 uhr	**Zumba** 19:00 - 20:00 uhr

DEINE KURSE BEI BLACK & YELLOW FINTESS

- MOTIVATION IN DER GRUPPE
- PROFESSIONELLE TRAINER
- KURSE FÜR JEDES FITNESSLEVEL

Black and Yellow Fitness GmbH, Hans-Streif-Straße 4 63628 Bad Soden-Salmünster - +49 15784265980
www.blackandyellowfitness.de