



Blau-Silber Fitness

# Kurse

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

**YOGA**  
mit Nina Dahm

09:00 Uhr -  
10:30 Uhr



**FIT Mix**  
mit Yvonne Febbo-Kissel

09:00 Uhr -  
10:00 Uhr

**MamaFit Outdoor**  
mit Yvonne Febbo-Kissel

10:15 Uhr -  
11:15 Uhr



**DRUMS Alive**  
mit Orsolina Calzone

18:45 Uhr -  
19:45 Uhr

**XcoMix**  
mit Jessica Krieger

18:45 Uhr -  
19:45 Uhr

**BODY Styling**  
mit Orsolina Calzone

18:45 Uhr -  
19:45 Uhr



**AIR Rhythm**  
mit Jessica Krieger

20:00 Uhr -  
21:00 Uhr

**BODY Styling**  
mit Orsolina Calzone

20:00 Uhr -  
21:00 Uhr

**FIT Dance**  
mit Yvonne Febbo-Kissel

20:00 Uhr -  
21:00 Uhr

**DRUMS Alive**  
mit Orsolina Calzone

20:00 Uhr -  
21:00 Uhr

