



B – Fit Oster-Bingo

DANTRIM
CORPORATE HEALTH

Regeln & Teilnahmebedingungen unter <https://bgf.berlin.bayer.com>

oder hier scannen



B – Fit Osterbingo

Name _____

K = Kraft (Langhantel, Rücken Fit, HIT, Bootcamp; Tabata, 60 min Krafttraining B-Fit, Functional Training, Good Morning, Bosu)

B = Beweglichkeit (Yoga, Pilates, Rücken Balance)

A = Ausdauer (HIT, Tabata, 60 min Cardio im B-Fit, Cycling)

K	A	B	A	K
B	A	K	A	B
A	K	A	B	K
K	B	K	B	K
B	A	B	A	B