

UNSER AKTUELLES

KURSANGEBOT



Tel: 05154/707866

info@twinfit.de

Stand: 25.09.2025

Kursraum 1: blau

Balance-Raum: lila

Kursraum 2: grün

Freitag

09:30 - 10:15 Uhr
Rückentraining

17:30 - 18:30 Uhr
Yoga

18:00 - 18:45 Uhr
Indoor-Cycling  **Einsteiger**

Donnerstag

09:15 - 10:00 Uhr
Rückentraining

10:00 - 10:45 Uhr
Rückentraining

16:15 - 17:00 Uhr
Fit-Kids *

17:30 - 18:15 Uhr
Functional bellicon

18:15 - 19:00 Uhr
Rückentraining

19:00 - 20:00 Uhr
FITNESS-PUMP 

**Wieder im Kursplan
voraussichtlich ab dem:**

- ① Montag, 27. Oktober 2025
- ② Donnerstag, 04. Dezember 2025
- ③ Montag, 05. Januar 2026

Mittwoch

17:00 - 17:45 Uhr
Rückentraining

18:00 - 19:00 Uhr
Pilates

18:00 - 19:00 Uhr
Indoor-Cycling 

18:30 - 19:15 Uhr
Pound® - Fitness

19:00 - 19:45 Uhr
Herzsport

19:45 - 20:30 Uhr
Herzsport

Dienstag

09:15 - 10:00 Uhr
Rückentraining

10:00 - 10:45 Uhr
Rückentraining

17:15 - 18:00 Uhr
Rückentraining

18:15 - 19:00 Uhr
bellicon-Power 

19:15 - 19:45 Uhr
Functional Training

Montag

09:30 - 10:15 Uhr
Rückentraining

17:00 - 17:45 Uhr
Rückentraining

17:30 - 18:30 Uhr
Körper und Geist

18:00 - 19:00 Uhr
Balance-Board * 

18:00 - 19:00 Uhr
Fatburner-Step 

18:30 - 19:30 Uhr
Indoor-Cycling 

 **online** = Für diese Kurse bitte online anmelden unter: www.twinfit.de



*** Aktuelle Kurszeiten
erfährst du im twinfit**

Stand: 25.09.2025