

UNSER AKTUELLES

# KURSANGEBOT



Tel: 05154/707866

info@twinfit.de

Stand: 23.10.2024

**Kursraum 1: blau**

**Balance-Raum: lila**

**Kursraum 2: grün**

**Cardiobereich: rot**

**Montag**

**Dienstag**

**Mittwoch**

**Donnerstag**

**Freitag**

09:30 - 10:15 Uhr  
**Rückentraining**

09:15 - 10:00 Uhr  
**Rückentraining**

09:15 - 10:00 Uhr  
**Rückentraining**

09:30 - 10:15 Uhr  
**Rückentraining**

10:00 - 10:45 Uhr  
**Rückentraining**

17:00 - 17:45 Uhr  
**Rückentraining**

10:00 - 10:45 Uhr  
**Rückentraining**

16:30 - 17:15 Uhr  
**Fit-Kids**

17:00 - 17:45 Uhr  
**Rückentraining**

17:15 Uhr  
**Polar-Club**

17:30 - 18:30 Uhr  
**Yoga**

17:30 - 18:30 Uhr  
**Körper und Geist**

17:15 - 18:00 Uhr  
**Rückentraining**

18:00 - 19:00 Uhr  
**Pilates**

17:30 - 18:15 Uhr  
**Functional bellicon**

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

18:00 - 19:00 Uhr   
**Indoor-Cycling**

18:15 - 19:00 Uhr  
**Rückentraining**

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

18:00 - 19:00 Uhr  
**Fatburner-Step**

18:15 - 19:00 Uhr   
**bellicon-Power**

19:00 - 20:00 Uhr  
**FITNESS-PUMP**

18:30 - 19:30 Uhr   
**Indoor-Cycling**

19:15 - 19:45 Uhr  
**Functional Training**

19:00 - 19:45 Uhr  
**Herzsport**

19:45 - 20:30 Uhr  
**Herzsport**



Stand: 23.10.2024

 online = Für diese Kurse bitte online anmelden unter: [www.twinfit.de](http://www.twinfit.de)