

UNSER AKTUELLES

# KURSANGEBOT IM **twinfit**

Tel: 05154/707866

info@twinfit.de

Stand: 01.01.2026

## Kursraum 1: blau

## Balance-Raum: lila

## Kursraum 2: grün

### Freitag

### Montag

### Dienstag

### Mittwoch

### Donnerstag

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

17:45 - 18:15 Uhr  
**Rückentraining**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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**



\* Aktuelle Kurszeiten  
erfährst du im twinfit

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

Stand: 01.01.2026