

UNSER AKTUELLES

KURSANGEBOT IM

Tel: 05154/707866

info@twinfit.de

Stand: 01.01.2026

Kursraum 1: blau

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

Balance-Raum: lila

Dienstag

09:15 - 10:00 Uhr
Rückentraining

10:00 - 10:45 Uhr
Rückentraining

17:15 - 18:00 Uhr
Rückentraining

18:00 - 19:00 Uhr
Pilates

18:15 - 19:00 Uhr  
bellicon-Power

19:15 - 19:45 Uhr
Functional Training

Kursraum 2: grün

Mittwoch

09:15 - 10:00 Uhr
Rückentraining

10:00 - 10:45 Uhr
Rückentraining

17:00 - 17:45 Uhr
Rückentraining

17:45 - 18:15 Uhr
Rückentraining

18:00 - 19:00 Uhr
Indoor-Cycling

18:00 - 19:00 Uhr  
Indoor-Cycling

19:00 - 19:45 Uhr
Herzsport

19:45 - 20:30 Uhr
Herzsport

Donnerstag

09:15 - 10:00 Uhr
Rückentraining

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

Freitag

09:30 - 10:15 Uhr
Rückentraining

17:30 - 18:30 Uhr
Yoga

18:15 - 19:00 Uhr
Rückentraining

19:00 - 20:00 Uhr  
FITNESS-PUMP

18:00 - 18:45 Uhr  
Indoor-Cycling 



* Aktuelle Kurszeiten
erfährst du im twinfit

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

Stand: 01.01.2026