

UNSER AKTUELLES **KURSANGEBOT** IM **twinfit** Tel: 05154/707866
info@twinfit.de

Kursraum 1: blau

Balance-Raum: lila

Kursraum 2: grün

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		
17:30 - 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
17:00 - 18:00 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		

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

* Aktuelle Kurszeiten
erfährst du im twinfit

Stand 1. Oktober 2026