

Kleine Turnhalle

AKTUELL 9/2025

Wochentag	Uhrzeit	Programm
Montag	09:00 - 10:00	Zirkel
	16:30 - 17:30	BBP
	17:30 - 18:30	BBP
Dienstag	10:00 - 11:00	Senioren*innen
	18:30 - 19:30	Core-Stärkung der Körpermitte
Mittwoch	09:00 - 10:00	Physio FUNction/Zirkel
	16:30 - 17:30	Gerätetraining
	17:30 - 18:30	FUNctional Fit
	18:00 - 19:00	Zirkel
Donnerstag	17:45 - 18:45	Pilates
	18:45 - 19:45	FUNctional Fit
Freitag	09:00 - 10:00	WS-Gymnastik/Zirkel
	17:30 - 18:30	Physio FUNction



Physio InForm

& Training
Hundertmark

Am Burghardsberg 4
34477 Twistetal - Twiste

Mobil: 0170 8057907
E-Mail: antje100mark@web.de
Web: physio-inform-training.de