

KURSPLAN AB 15.05.2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Functional Kraft Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr	Yoga Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr	Body Workout Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr	Power Intervall Workout Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr	MOVE Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr
Pilates Gym 1 10.15 - 11.15 Uhr	Beckenbodentraining Gym 1 10.05 - 10.35 Uhr	Mobility & Stretch Gym 1 10.15 - 11:00 Uhr		Strength & Mobility Gym 1 10.15 - 11.15 Uhr
	Indoor Cycling Gym 2 10.15 - 11.15 Uhr			
		Flex Workout Gym 1 18.00 - 18.30 Uhr		
	Flow & Fire Indoor/Outdoor 18.00 - 19.00 Uhr	MOVE Gym 1 18.00 - 19.00 Uhr	Yoga Gym 1 18.35 - 19.35 Uhr	Fitness Mix Gym 1 18.05 - 18.55 Uhr
	Wirbelsäule Gym 1 19.15 - 20.15 Uhr			Zumba® Gym 1 18.00 - 19.00 Uhr
				

**➔➔➔ Achtung ➔➔➔
Kursstart 01.06.**

SAMSTAG & SONNTAG

Fit World TS Kursbereich

- TG Schlüssel oder Transponderarmband nicht vergessen
- Alle Kurse können nur über die Technogym APP gebucht werden
- **Großes Handtuch & (Empfehlung eigene Matte)**
- Bitte pünktlich zum Kursbeginn anwesend sein

Wir freuen uns auf Dich !!!



TECHNOGYM

DIE VORTEILE DER TECHNOGYM APP

MYWELLNESS ☁

- 1 alle Ihre Aktivitätsdaten in einer einzigen App
- 2 Verfolgen Sie Ihre Fitnessaktivitäten im Innen- und Außenbereich
- 3 Stellen Sie eine Verbindung zu Ihren bevorzugten Gesundheits- und Fitness-Apps her
- 4 Nehmen Sie an fesselnden Herausforderungen teil

DOWNLOAD DIE MYWELLNESS APP UND STARTE DEIN TRAINING NOCH HEUTE

Available on the App Store | GET IT ON Google play

Bitte für alle Kurse einen Platz in der Technogym App reservieren. Die Reservierung ist 48 Stunden vor Beginn des Kurses möglich!!!

ALLE KURSE FINDEN AB 3 TEILNEHMERN STATT ! - VERSCHIEDENE KRANKENKASSEN BEZUSCHUSSEN DAS GESUNDHEITSPROGRAMM VON FIT WORLD TS. NÄHERE INFORMATIONEN AN DER REZEPTION, ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!

Fit World TS
Bürgerwaldstraße 4
83278 Traunstein
Tel.: 0861 2092330
info@fitworldts.de
www.fitworldts.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr 08.30 - 22.00 Uhr
Sa 15.00 - 20.00 Uhr
So 09.00 - 15.00 Uhr
Feiertage 10.00 - 15.00 Uhr (oder nach Aushang)

- █ Muskelkräftigung
- █ Körper & Geist
- █ Ausdauer

kurzfristige Änderungen der Kurse sind in der Technogym App ersichtlich !

