

## Twistfit



Twistfit

Auch beim **Twistfit** geht es um den richtigen Dreh. Erfinder Markus Siebeneicher hat sich die Idee für das Trainingsgerät von einem afrikanischen Kinderspiel abgeschaut. Twistfit funktioniert ähnlich wie ein Jo-Jo - nur, dass man es beidhändig bedient und es in alle Richtungen bedienbar ist. Durch die Zugkräfte wird je nach Positionierung die Tiefenmuskulatur von Rücken, Armen und Bauch angeregt. Erhältlich um 30 € auf [www.twistfit.de](http://www.twistfit.de)