

GRUPPTRÄNING

Måndag		
12.10-12.45	TABATA	G2
12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1
17.30-18.20	CYKEL 40 MIN	Cykelsalen
17.15-18.15	BODYBALANCE®	Danssalen
18.30-19.30	BODYJAM®	Danssalen
Tisdag		
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgymmet
12.10-13.05	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen
16.45-17.20	CYKEL HIIT 35 MIN	Cykelsalen
17.35-18.05	LES MILLS CORE®	G1
17.30-18.15	TABATA	G2
17.45-18.45	SOMA MOVE®	Danssalen
Onsdag		
07.15-07.55	CYKEL 40 MIN	Cykelsalen
12.10-12.45	TABATA	G2
12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1
17.15-18.15	BODYJAM®	Danssalen
17.30-18.30	CAMPUSMIX	G2
Torsdag		
07.00-08.00	CAMPUSMIX	G2
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgymmet
17.15-18.30	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen
Fredag		
07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen
12.15-12.45	LES MILLS CORE®	G2
12.10-12.55	ZUMBA®	Danssalen
Lördag		
10.00-11.00	SKIVSTÅNG Körs jämna veckor	G2
10.15-10.50	CYKEL HIIT Körs ojämna veckor	Cykelsalen
Söndag		
16.30-17.30	ZUMBA®	Danssalen
17.45-18.30	FOAMROLLER	Danssalen
18.45-19.30	SOMA MOVE®	Danssalen

BOLLSPEL

Måndag		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhall
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhall
18.30-19.45	INNEBANDY	G1
18.30-19.45	BASKET	Bollhall
Tisdag		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhall
17.15-18.30	BADMINTON	Bollhall
18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhall
19.45-21.15	VOLLEYBOLL	Bollhall
Onsdag		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhall
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhall
18.30-19.45	BASKET	Bollhall
Torsdag		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhall
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhall
18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhall
19.45-21.00	VOLLEYBOLL	Bollhall
Fredag		
17.15-18.45	FOTBOLL	Bollhall
Söndag		
17.00-18.30	INNEBANDY	Bollhall
18.30-19.45	BASKET	Bollhall
19.45-21.30	VOLLEYBOLL	Bollhall

GYM & CIRKELGYM

MÅNDAG-FREDAG

05.30-21.30

LÖRDAG

05.30-18.00

SÖNDAG

05.30-21.30

Nyhet i höst: Padelfys

CAMPUSGYMMET PADEL



DIN PADELHALL PÅ CAMPUS

Välkommen att spela på våra två nyöppnade banor av högsta klass!

Inne i padelhallen kan du hyra rack, köpa bollar, drickor och bars. Mellan banorna finns cyklar tillgängliga för uppvärmning.

Bokning sker via appen matchi.se
Där hittar du också höstens kurser

Öppettider 05.00-24.00
Padelhallen ligger bredvid den stora bollhallen i G-huset!

**TRÄNA
KOSTNADSFRITT
under en hel vecka**

GYM - GRUPPTRÄNING - BOLLSPORT

Vi erbjuder dig som ny kund
EN PROVA- PÅ VECKA
testa på vår verksamhet när det passar.
Alla är välkomna!

Vi har något för alla - vältränad som otränad. Kom som du är!

VI SAMARBETAR MED:

 ÖREBRO UNIVERSITET



The Academy
Lottas Myt

OSCAR PT
PERSONLIG TRÄNARE

KLUBB
TEAMET



Ditt träningsställe på Campus!

www.campusgymmet.se 019-609 01 60

Besöksadress: Örebro universitet, Gymnastik- och idrottshuset



**Hösten
2021**

Schemat gäller:
30 AUG- 12 DEC

Specialschema:
13 dec - 16 jan

Reservation för schemaändringar!
Alltid aktuellt schema på:
www.campusgymmet.se

SOMA MOVE®

LES MILLS
BODYJAM

LES MILLS
CORE

LES MILLS
BODYBALANCE

ZUMBA
fitness