

Träningschema

våren
2022

GRUPPTRÄNING

Måndag

12.10-12.45	TABATA	G2
12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1
17.15-18.15	BODYBALANCE®	Danssalen
17.30-18.30	SKIVSTÅNG	G2
17.30-18.10	CYKEL 40 MIN	Cykelsalen
18.30-19.30	BODYJAM®	Danssalen
18.45-19.15	CAMPUS BOOTY	G2

Tisdag

10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym
12.10-13.10	YOGA	Danssalen
16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen
17.30-18.15	TABATA	G2
17.35-18.05	LES MILLS CORE	G1
18.45-19.45	ZUMBA	G2

Onsdag

12.10-12.50	TABATA	G2
12.10-13.05	SENIORCIRKEL STATION	G1
17.45-18.30	SOMA MOVE®	Danssalen
17.45-18.45	SKIVSTÅNG	G2
18.45-19.30	PILATES	Danssalen

Torsdag

07.00-08.00	CAMPUSMIX	G2
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym
12.10-12.55	ZUMBA®	Danssalen
17.15-18.30	YOGA	Danssalen
17.30-18.20	CYKEL 50 MIN	Cykelsalen

Fredag

07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen
12.15-12.45	LES MILLS CORE®	G2

Lördag

10.00-11.00	BARNJYMPA (1)	G1
10.15-10.50	CYKEL HIIT	Cykelsalen

Söndag

17.00-17.45	FOAMROLLER	Danssalen
17.00-18.00	CAMPUSMIX	G2
18.00-19.15	YOGA	Danssalen

BOLLSPEL

Måndag

12.10-13.05	BADMINTON	I2
17.15-18.30	FOTBOLL	I2
18.30-19.45	INNEBANDY	G1
18.30-19.45	BASKET	I2

Tisdag

12.10-13.05	BADMINTON	I2
17.15-18.30	BADMINTON	I2
18.30-19.45	INNEBANDY	I2
19.45-21.15	VOLLEYBOLL	I2

Onsdag

12.10-13.05	BADMINTON	I2
17.15-18.30	FOTBOLL	I2
18.30-19.45	BASKET	I2

Torsdag

12.10-13.05	BADMINTON	I2
17.15-18.30	FOTBOLL	I2
18.30-19.45	INNEBANDY	I2
19.45-21.00	VOLLEYBOLL	I2

Fredag

17.15-18.45	FOTBOLL	I2
-------------	---------	----

Söndag

17.30-18.45	BASKET	I2
18.45-20.30	VOLLEYBOLL	I2

GYM & CIRKELGYM

MÅNDAG-FREDAG

05.30-21.30

LÖRDAG

05.30-18.00

SÖNDAG

05.30-21.30

PADEL

MÅNDAG-SÖNDAG

05.00-24.00

NYHETER!

- Skivstång tillbaka på schemat
- Campus Booty

TRÄNA KOSTNADSFRETT 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

 OSCAR PT
PERSONLIG TRÄNARE

 KLUBB
TEAMET

 The Academy

 Lottas Myt

 ÖREBRO STUDENTKÅR

CAMPUSGYMMET

• padel • gym • gruppträning • bollsport

SCHEMA INFO

Schemat gäller: 17 jan-1 maj

Majschema: 2-29 maj

Sommarschema: 31 maj-22 juni samt 8-28 aug

(1) Kurs

(Reservation för schemaändringar! Alltid aktuellt schema på: www.campusgymmet.se eller Zoezi appen)

Inställda pass: www.campusgymmet.se eller Zoezi appen

Receptionens öppettider: www.campusgymmet.se

CAMPUSGYMMET PADEL



DIN PADELHALL PÅ CAMPUS

Välkommen att spela på våra två 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

Öppettider 05.00-24.00

Padelhallen ligger bredvid den stora bollhallen i G-huset!

Padelkurser: Se vår hemsida på matchi.se



Ditt träningsställe på Campus!

www.campusgymmet.se 019-609 01 60

Besöksadress: Örebro universitet, Gymnastik- och idrottshuset

SOMA MOVE®

LES MILLS
BODYJAM

LES MILLS
CORE

LES MILLS
BODYBALANCE

ZUMBA
fitness