

Majschema

Gäller 2-29 maj

GRUPPTRÄNING

Måndag		
12.10-12.55	FUNKTIONELLA INTERVALLER	G2/ute*
12.10-13.05	SENIORCIRKEL STATION	G1/ute*
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
Tisdag		
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym
12.10-13.10	YOGA	Danssalen
16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen
17.35-18.05	LES MILLS CORE	G2
17.45-18.30	SOMA MOVE	Danssalen/ute*
18.45-19.45	ZUMBA	Danssalen/ute*
Onsdag		
12.10-12.45	TABATA	G2/ute*
12.10-13.05	SENIORCIRKEL STATION	G1/ute*
17.30-18.20	CYKEL 50 MIN	Cykelsalen
17.45-18.30	PILATES	Danssalen/ute*
Torsdag		
07.00-08.00	CAMPUSMIX	G2
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym
12.10-12.50	ZUMBA®	Danssalen/ute*
17.30-18.45	YOGA	Danssalen/ute*
17.45-18.30	TABATA	G2/ute*
Fredag		
07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen
12.15-12.45	LES MILLS CORE®	G2
Lördag		
10.00-11.00	BODYJAM®	Danssalen
Söndag		
18.00-19.15	YOGA (körs ej 8 samt 15 maj)	Danssalen/ute*

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
18.30-20.00	VOLLEYBOLL	I2
Söndag		
17.30-18.45	BASKET	I2
18.45-20.30	VOLLEYBOLL	I2

UTOMHISTRÄNING

Vid fint väder körs pass markerade med * utomhus.

GRÄSMATTAN framför Östra Mark- Pilates, Yoga, Soma Move

GRÄSMATTAN i förlängningen av bollhallen- Funktionella intervaller, Tabata.

HITOM TENNISBANORNA- Zumba, Seniorcirkel station.

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

**TRÄNA
KOSTNADSFRI**
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

 Lottas Myt

 KLUBB
TEAMET

 The Academy
 ÖREBRO STUDENTKÅR

 SOMA MOVE®

 LESMILLS
CORE

 LESMILLS
BODYJAM

 LESMILLS
BODYBALANCE

 ZUMBA
fitness

CAMPUSGYMMET
padel • gym • gruppträning • bollsport

SCHEMA INFO

Schemat gäller: 2-29 maj

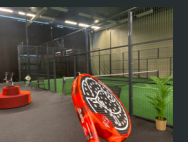
Sommarschema: 31 maj-22 juni samt 8-28 aug

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

Inställda pass: 25 maj (kväll) 26 maj

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.

Rabatt på padel för dig som

- har träningskort gym/ allkort 6 eller 12 månader
- är medlem och student

Ansök om rabatten på <https://www.matchi.se/facilities/campusgymmetpadel>

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

