

### GRUPPTRÄNING

<b>Måndag</b>		
12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1
12.15-12.50	CORE	G2
17.00-18.00	BARNJYMPA 2-4 ÅR (kurs)	G1
17.15-18.00	TABATA	G2
17.30-18.45	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen
<b>Tisdag</b>		
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelegym
12.10-13.10	KUNDALINI YOGA	Danssalen
16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen
17.10-18.10	SJÄLVFÖRSVAR för tjejer	Danssalen
17.35-18.05	CORE	G2
18:15-19:15	BOX	G2
<b>Onsdag</b>		
06.45-07.45	CAMPUSCROSS	G2
12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1
12.15-12.50	TABATA	G2
17.15-18.15	SKIVSTÅNG	G2
18.00-19.00	INSIDE FLOW	Danssalen
<b>Torsdag</b>		
12.10-12.40	TABATA	G2
17.00-17.35	CYKEL HIIT	Cykelsalen
17.50-18.35	CIRKEL STYRKA	G2
18.00-19.15	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen
<b>Fredag</b>		
07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen
12.15-12.45	TABATA	G2
<b>Lördag</b>		
10.00-11.00	BARNJYMPA 4-6 ÅR (kurs)	G1
<b>Söndag</b>		
16.45-17.45	PILATES	Danssalen
18.00-19.00	ZUMBA®	Danssalen

#### NYHETER I VÅR!

- Box
- Inside Flow
- Barnjympakurs 2-4 år

### BOLLSPEL

<b>Måndag</b>		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhallen
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen
18.30-19.45	BASKET	Bollhallen
<b>Tisdag</b>		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhallen
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen
18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhallen
19.45-21.15	VOLLEYBOLL	Bollhallen
<b>Onsdag</b>		
17.15-18.30	BADMINTON	Bollhallen
18.30-19.45	BASKET	Bollhallen
19.45-21.00	VOLLEYBOLL	Bollhallen
<b>Torsdag</b>		
12.10-13.05	BADMINTON	Bollhallen
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen
18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhallen
19.45-21.15	VOLLEYBOLL	Bollhallen
<b>Fredag</b>		
17.15-18.45	FOTBOLL	Bollhallen
<b>Söndag</b>		
15.45-17.00	FOTBOLL	Bollhallen
17.00-18.30	BASKET	Bollhallen
18.30-20.00	VOLLEYBOLL	Bollhallen

### GYM & CIRKELGYM

<b>Öppet alla dagar</b>	
Kl: 05.00-22.00	
Ytterdörren låses kl: 21.00	

### PADEL

<b>Öppet alla dagar</b>	
Kl: 05.00-24.00	



#### 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
- Padelhallen ligger bredvid den stora bollhallen i G-huset!
- **VI ERBJUDER OCKSÅ:** Seriespel (Campus League), americanos och privatträningar!  
mer info: [www.campusgymmet.se/padel](http://www.campusgymmet.se/padel)

# CAMPUSGYMMET

• padel • gym • gruppträning • bollsporter

#### BRA ATT VETA:

- Schemat gäller: 15 jan-28 april
- Maj schema: 29 april- 2 juni
- Sommarschema: mer info kommer under maj
- Barnjympakurs 2-4 år, mer info [www.campusgymmet.se](http://www.campusgymmet.se)
- Barnjympakurs 4-6 år, mer info [www.campusgymmet.se](http://www.campusgymmet.se)
- Inställda pass: [www.campusgymmet.se](http://www.campusgymmet.se) eller Zoezi appen
- Receptionens öppettider: [www.campusgymmet.se](http://www.campusgymmet.se)

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

**TRÄNA KOSTNADSFRITT**  
under en hel vecka  
**GYM - GRUPPTRÄNING - BOLLSPORTER**

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

Hämta ditt prova-på-kort i receptionen

#### VI SAMARBETAR MED:



**Ditt träningsställe på Campus!**

[www.campusgymmet.se](http://www.campusgymmet.se) 019-609 01 60

Besöksadress: Örebro universitet, Gymnastik- och idrottshuset