

GRUPPTRÄNING

Vecka 23 (2-8 juni)			Vecka 24 (9-14 juni)			Vecka 25 (16-20 juni)		
Måndag 2 juni			Måndag 9 juni			Måndag 16 juni		
12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1/ute	12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1/ute	16.45-17.30	TABATA	G2/ute
12.15-12.50	CORE STRECHE	G2/ute	12.15-12.50	CORE TABATA	G2/ute	17.45-18.45	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen
Tisdag 3 juni			Tisdag 10 juni			Tisdag 17 juni		
10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym	16.45-17.30	TABATA	G2/ute	06.45-07.30	CYKEL 45	Cykelsalen
12.10-13.10	KUNDALINI YOGA	Danssalen	17.45-18.45	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen	Onsdag 18 juni		
16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen	Onsdag 11 juni			06.45-07.45	CAMPUSCROSS	Gymmet
17.35-18.05	CORE	G2/ute	10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym	12.15-12.50	TABATA	G2
Onsdag 4 juni			16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen	Torsdag 19 juni		
06.45-07.45	CAMPUSCROSS	Gymmet	17.35-18.05	CORE	G2/ute	12.15-12.50	TABATA	G2/ute
10.00-11.00	SENIORCIRKEL	G1/ute	Torsdag 12 juni					
17.15-18.15	PUSH & LIFT	G2	12.15-12.50	TABATA	G2/ute			
Torsdag 5 juni			17.15-18.15	PUSH & LIFT	G2			
12.15-12.50	TABATA	G2/ute	Fredag 13 juni					
Fredag 6 juni			12.15-12.50	TABATA	G2/ute			
08.30-09.30	CAMPUSCROSS	Gymmet	Söndag 8 juni					
Söndag 8 juni			07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen			
08.30-09.30	CAMPUSCROSS	Gymmet	06.45-07.30	TABATA	G2/ute			

BOLLSPORT

Vecka 23 (3-7 juni)			Vecka 24 (10-13 juni)			Vecka 25 (16-20 juni)		
Tisdag 3 juni			Måndag 9 juni			Söndag 15 juni		
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen	17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen	17.00-18.30	BASKET	Bollhallen
18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhallen	18.30-19.45	VOLLEYBOLL	Bollhallen	18.30-20.00	VOLLEYBOLL	Bollhallen
19.45-21.15	VOLLEYBOLL	Bollhallen	Tisdag 10 juni					
Onsdag 4 juni			17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen			
17.15-18.30	BADMINTON	Bollhallen	18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhallen			
18.30-19.45	BASKET	Bollhallen	19.45-21.15	VOLLEYBOLL	Bollhallen			
Söndag 8 juni			Onsdag 11 juni					
17.00-18.30	BASKET	Bollhallen	18.00-19.30	BASKET	Bollhallen			
18.30-20.00	VOLLEYBOLL	Bollhallen	Torsdag 12 juni					
			17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen			
			18.30-19.45	VOLLEYBOLL	Bollhallen			

GYM & CIRKELGYM

Alla dagar: 05.00-22.00

Avvikande öppettider se:
www.campusgymmet.se

PADEL

Alla dagar

05.00-24.00

**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:

 ÖREBRO UNIVERSITET

**KLUBB
TEAMET**
OSCAR PT
PERSONLIG TRÄNARE

 ÖREBRO STUDENTKÅR

BRA ATT VETA:

- Sommarschema: 3 juni- 1 sept
- Höstensschema: börjar 2 september
- Inställda pass: 6 samt 21 juni
- Instruktören bestämmer om klassen körs inne eller ute
- Receptionens öppettider: www.campusgymmet.se
(Reservation för schemaändringar! Alltid aktuellt schema på:
www.campusgymmet.se eller Zoezi appen)

Schema del 2 (augusti)

GRUPPTRÄNING

Vecka 32 (8-9 aug)			Vecka 34 (19-23 aug)			Vecka 35 (26-30 aug)		
Torsdag 8 aug			Måndag 19 aug			Måndag 26 aug		
17.00-17.35	CYKEL HIIT	Cykelsalen	12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1/ute	12.10-13.05	SENIORCIRKEL	G1/ute
Fredag 9 aug			17.15-18.00	TABATA	G2/ute	17.1518.00	TABATA	G2/ute
12.15-12.50	TABATA	G2/ute	Tisdag 20 aug			Tisdag 27 aug		
Vecka 33 (12-16 aug)			10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym	10.00-11.00	CIRKELGYM SENIORER	Cirkelgym
Måndag 12 aug			16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen	12.10-13.10	KUNDALINI YOGA	Danssalen
17.15-18.00	TABATA	G2/ute	17.35-18.05	CORE	G2/ute	16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen
Tisdag 13 aug			Onsdag 21 aug			17.35-18.05	CORE	G2/ute
16.45-17.20	CYKEL HIIT	Cykelsalen	06.45-07.45	CAMPUSCROSS	G2	Onsdag 28 aug		
Onsdag 14 aug			10.00-11.00	SENIORCIRKEL	G1/ute	06.45-07.45	CAMPUSCROSS	G2
06.45-07.45	CAMPUSCROSS	G2	17.15-18.15	SKIVSTÅNG	G2	10.00-11.00	SENIORCIRKEL	G1/ute
17.15-18.15	SKIVSTÅNG	G2	Torsdag 22 aug			17.15-18.15	SKIVSTÅNG	G2
Torsdag 15 aug			17.00-17.45	CIRKEL STYRKA	G2	Torsdag 29 aug		
17.00-17.45	CIRKEL STYRKA	G2	17.30-18.45	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen	17.00-17.50	CYKEL 50	G2
17.30-18.45	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen	Fredag 23 aug			17.30-18.45	YOGA VINYASA FLOW	Danssalen
			07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen	Fredag 30 aug		
			12.15-12.45	TABATA	G2/ute	07.00-07.45	CYKEL 45	Cykelsalen
						12.15-12.45	TABATA	G2/ute
						Söndag 1 sep		
						18.00-19.00	ZUMBA®	Dansalen

BOLLSPORT

Vecka 34 (20-22 aug)			Vecka 35 (26 aug - 1 sep)		
Tisdag 20 aug			Tisdag 27 aug		
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen	17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen
18.30-19.45	VOLLEYBOLL	Bollhallen	18.30-19.45	VOLLEYBOLL	Bollhallen
Onsdag 21 aug			Onsdag 28 aug		
18.30-19.45	BASKET	Bollhallen	17.15-18.30	BADMINTON	Bollhallen
Torsdag 22 aug			18.30-19.45	BASKET	Bollhallen
17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen	Torsdag 29 aug		
18.30-19.45	VOLLEYBOLL	Bollhallen	12.10-13.05	BADMINTON	Bollhallen
			17.15-18.30	FOTBOLL	Bollhallen
			18.30-19.45	INNEBANDY	Bollhallen
			19.45-21.15	VOLLEYBOLL	Bollhallen
			Söndag 1 sep		
			15.45-17.00	FOTBOLL	Bollhallen
			17.00-18.30	BASKET	Bollhallen
			18.30-20.00	VOLLEYBOLL	Bollhallen

GYM & CIRKELGYM

Alla dagar: 05.00-22.00
Avvikande öppettider se: www.campusgymmet.se

PADEL

Alla dagar
05.00-24.00