

GRUPPTRÄNINGSSCHEMA FÖR MAGASINET TRÄNING & HÄLSA v.24-33 2021

* Pass märkta med * utgår under högsommaren v.28-31

** Passet körs v. 24-27

Måndag

09.00 Lätt cirkelträning utomhus**
17.00 Cirkelträning Utomhus 45 min
17.45 GRIT Strenght 30 min
17.45 Jumping Fitness 30 min*
18.30 BodyCombat 30 min
19.10 Stretch och rörelseträning 45 min

Tisdag

09.30 Mammaträning utomhus 45 min**
17.30 Bodystep
18.30 Jumping Fitness 45 min
18.45 Bodypump

Onsdag

06.30 Bodypump 45 min*
17.30 Uteträning vid Åsenstugan 45 min
18.00 Les Mills Core 30 min
18.40 Bodybalance

Torsdag

17.30 Jumping Fitness 45 min
18.00 Grit Cardio 30 min
18.40 Bodypump

Fredag

09.00 Lätt cirkelträning utomhus
17.30 Bodyattack 30 min*

Lördag

09.00 Les Mills Core 45 min
10.00 Cirkelträning Utomhus 45 min
10.30 Zumba Fitness

Söndag

17.00 Bodyattack
18.10 Bodybalance*

Övriga pass, ej märkta med tid är 55 min

Under sommarschemat kan enstaka pass vissa veckor bytas ut
Observera att schemat kan förändras vid högtider och helgdagar
För att boka - <https://www.magasinetenkoping.se/schema/>
Tel: 0171-29911 mail: info@magasinetenkoping.se

MaggetLådan v.24-27, samt v.32-33

Måndag

06.30 WOD 30 min
17.30 WOD 45 min
18.30 WOD 45 min
19.30 WOD 30 min

Tisdag

06.30 WOD 30 min
11.30 WOD 30 min
17.30 WOD 45 min

Onsdag

05.30 WOD 45 min
17.30 WOD 45 min
18.30 WOD 45 min

Torsdag

18.00 WOD 45 min
19.00 WOD 45 min

Fredag

06.30 WOD 30 min
11.30 WOD 30 min
16.45 WOD 30 min

Lördag

09.00 WOD 60 min
10.15 WOD 60 min

Söndag

16.00 WOD 45 min

MaggetLådan v.28-32

Måndag

09.00 WOD 45 min
16.00 WOD 45 min
17.00 WOD 45 min

Tisdag

06.30 WOD 30 min
11.30 WOD 30 min
17.30 WOD 60 min

Onsdag

17.30 WOD 45 min
18.30 WOD 45 min

Torsdag

09.00 WOD 45 min
18.00 WOD 45 min
19.00 WOD 45 min

Fredag

06.30 WOD 30 min
11.30 WOD 30 min
16.30 WOD 30 min

Lördag

09.30 WOD 60 min

Söndag

16.00 WOD 45 min



Observera att schemat kan förändras vid högtider och helgdagar

För att boka - <https://www.magasinetenkoping.se/schema/>

Tel: 0171-29911 mail: info@magasinetenkoping.se

Virtuell Spinning v.24-33

Måndag

Varje timme 06.00-20.00

Tisdag

Varje timme 06.30-20.30

Onsdag

Varje timme 06.00-20.00

Torsdag

Varje timme 06.30-20.30

Fredag

Varje timme 06.00-20.00

Lördag

Varje timme 09.00-20.00

Söndag

Varje timme 09.00-20.00



Som medlem får du sätta igång
Virtuell Spinning på övriga tider,
OM det inte körs en
företagsklass/eventklass under
tiden.

Ingen bokning på drop-in tider
finns och sunt förnuft samt
respekt är det som styr 😊