

Gruppträning från v.2, 2025

Måndag

Gruppträningssalar

09.00 Lätt Cirkelträning
17.30 Jumping Fitness 45
17.30 GRIT Strengh 30
18.15 Bodycombat 45
18.30 Spinning

Tisdag

Gruppträningssalar

17.30 Spinning Styrka 45
17.30 Bodyattack 45
18.30 Bodypump 45

Onsdag

Gruppträningssalar

17.00 Zumba Fitness
18.00 Jumping Fitness 30
18.10 Strengh Development 45

Boxen

06.00 WOD
09.15 Funktionell Mammaträning
17.00 WOD
18.15 WOD

Boxen

06.00 WOD
11.30 WOD
17.00 WOD
18.15 Viktors WOD 45

Boxen

06.00 Hyrox-ish
09.15 Funktionell Mammaträning
17.00 WOD
18.15 Strong WoMan 75



Magasinet
Träning & Hälsa

Övriga pass, ej märkta
med tid är 60 min



Torsdag

Grupptränings-salar

11.15 Bodyattack 30 (start v.3)
17.30 Les Mills Pilates 45
18.30 Box
18.30 Les Mills RPM 45

Boxen

06.00 WOD
11.30 WOD
17.00 WOD
18.00 Hyrox-ish

Fredag

Grupptränings-salar

06.30 Spinning 45
09.00 Lätt Cirkelträning
11.15 Bodypump 30
17.30 Strenght Development 45

Boxen

06.00 WOD
09.15 Funktionell Mammaträning
17.00 WOD

Övriga pass, ej märkta
med tid är 60 min

Lördag

Grupptränings-salar

09.30 Cirkelträning 50

Boxen

09.00 Teknik Olympiska lyft 75

Söndag

Grupptränings-salar

16.00 Les Mills Core 30
16.45 Les Mills Sprint 30
16.45 Bodybalance 45

Boxen

09.00 WOD

Observera att schemat kan förändras vid högtider, helgdagar och event

För att boka - <https://www.magasinetgym.se/schema/>
mail: info@magasinetgym.se

Boxen är bokad för andra pass/företagsträning:

Måndagar och Fredagar 15.30-16.30
Tisdagar och Torsdagar 09.00-11.00

Virtuell spinning från v.2, 2025

Måndag:

06.30, 07.30, 11.30, 16.15, 17.15

Tisdag:

06.00, 07.00, 11.30, 16.00, 19.00

Onsdag

06.00, 07.00, 11.30, 16.30, 17.30, 18.30

Torsdag

06.00, 07.00, 11.30, 15.00, 16.00

Fredag

11.30, 15.00, 16.00, 17.00

Lördag

09.00, 10.00, 11.00

Söndag

10.00



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 ☺

Den som redan är i spinningsalen har företräde

Glöm inte att vrida ner volymen när du cyklat klart, samt lossa alla vred på din cykel!

Observera att schemat kan förändras vid högtider, helgdagar och event

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

mail: info@magasinetgym.se