

Sommarschema gruppträning v.28-31

Måndag

Gruppträningssalar

09.00 Lätt Cirkelträning (ej v.28)
17.00 Les Mills Pilates 45
18.00 Spinning 45

Boxen

06.00 WOD (ingen coach)
09.00 WOD
17.00 WOD

Övriga pass, ej märkta
med tid är 60 min

Tisdag

Gruppträningssalar

17.30 Spinning Styrka 45
18.30 Strenght Development 45

Boxen

06.00 WOD (ingen coach)
09.00 WOD
17.00 WOD

Onsdag

Gruppträningssalar

17.30 Utomhusträning vid Åsen 45 (ej v.28)
18.00 Bodycombat 45

Boxen

06.00 WOD (ingen coach)
09.00 WOD
17.00 WOD

Torsdag

Gruppträningssalar

17.30 Cirkelträning 50
18.30 Bodypump 45 (ej v.30)

Boxen

06.00 WOD (ingen coach)
09.00 WOD
17.00 WOD



Fredag

Gruppträningssalar

16.00 Fredagsfys (30-45)*

Boxen

06.00 WOD (ingen coach)

09.00 WOD

17.00 WOD

Lördag

Gruppträningssalar

09.30 Cirkelträning 50

Boxen

09.00 WOD

Söndag

Gruppträningssalar

17.00 Les Mills Core 30

17.45 Bodybalance 45

Boxen

09.00 WOD

***Passen varierar. Information om veckans pass finns i wondr**

Observera att schemat kan förändras vid högtider, helgdagar och event

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

mail: info@magasinetgym.se



Övriga pass, ej märkta
med tid är 60 min

Virtuell spinning Sommarschema v.28-31

Måndag:

06.30, 07.30, 11.30, 15.30, 16.30

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, 17.00

Fredag

06.30, 11.30, 15.00, 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