

SCHEMA CROSSFIT & HYROX HÖST 2026

MÅNDAG

06.15 WOD
12.00 WOD
16.25 HYROX 45
17.20 WOD
19.30 WOD

TISDAG

06.15 WOD
12.00 WOD
17.20 WOD
18.30 HYROX

ONSDAG

06.15 WOD
08.00 HYROX 45
16.55 WOD
18.00 WOD
19.10 HYROX 45

TORSDAG

06.15 WOD
12.00 WOD
16.45 HYROX 45
18.25 WOD

FREDAG

06.15 TEAMWOD
12.00 HYROX 45
16.25 HYROX
17.30 TEAMWOD

LÖRDAG

09.30 WOD
10.40 HYROX

SÖNDAG

10.00 WOD 60 MIN
11.15 HYROX FAMILY
16.30 WOD 75

*** WOD & HYROX ÄR ALLTID 60 MIN
OM INGET ANNAT ANGES**



***Bokning sker via appen eller
webshopen tidigast 4 dygn
innan. Avbokning senast
2 timmar innan wodens start.**