

Styrelsens förslag på framtida förändringar av gymmet.

Verksamheten för Grupp-pass flyttar ner en våning.

Spinningen kommer att placeras i nuvarande Uppvämningsrum. Cyklarna kommer att placeras i rader om 4 i riktning mot fönstret.

Gruppträning (Fys, Box, Yoga) kommer att placeras i nuvarande Styrkesal. Vi kommer att sätta upp en dörr in, då en del av passen ska vara ostörda.

När salen är ledig är det fritt att gå in och utföra träning som ni i dag har i Mellansalen.

Gymmet samt alla maskiner i Uppvärmningen kommer att flytta upp en våning.

Fördelningen: Den tyngre träningen som tex Bänkpress, Hantlar, Bänkar etc, kommer att placeras i nuvarande Spinningsal.

Gymlecos fyra ben och rumpmaskiner kommer att placeras i rummet vi öppnat upp i Mellansalen.

Marklyft, Knäböj, Fria stänger etc, kommer att finnas på det svarta golvet i Mellansalen med den befintliga Riggen. Den gröna mattan (konstgräset) kommer finnas kvar samt kettlebells.

I Stora salen kommer vi att ha den lugnare gym-delen med största delen maskiner med viktmagasin.

Alla cardio maskiner kommer att placeras ut i Mellan & Stora salen för att få lite spridning samt möjlighet att köra alternativ träning.

Observera att detta är ett förslag och kan/kommer att justeras utifrån verksamhetens behov. Men vi känner att vårt förslag är en bra grund.