

Träningscenter och mottagning:

Mölnadal, Åbäcksgatan 6 A, "Lindenhof", plan 3

Varmvattenbassäng, Nya Åbybadet, Idrottsvägen 7,**Bokning:** webbokning: www.halsaikubik.se

Dag	Grupp, tid	Lokal
Måndag	11.15-12.00 Cirkel Platta, nybörjare	Skogsrummet Bokning
Måndag	13.15-14.00 Cirkel stol	Skogsrummet Bokning
Måndag	17.15-18.00 Cirkel Platta	Skogsrummet Bokning
Tisdag	09.30-10.15 Pilates	Bollrummet Bokning inställt 29/7
Tisdag	10.30-11.15 Pilates, nybörjare	Bollrummet Bokning inställt 29/7
Onsdag	kl. 11.15-12.00 Balansträning m. liten boll	Bollrummet Bokning
Onsdag	17.15-18.00 Cirkel Platta	Skogsrummet Bokning
Torsdag	11.15-12.00 Cirkel stol	Skogsrummet Bokning
Fredag	11.15-12.00 Cirkel Platta	Skogsrummet Bokning

Bli medlem

När du har skaffat dig ett träningskort hos oss har du tagit ett viktigt steg i din hälsoutveckling. Du har möjlighet att träna regelbundet 2-3 ggr per vecka eller oftare om du önskar. Du bokar din plats till gruppträningen via vår webbokning/bokningsapp.

Du köper träningskortet på vårt träningscenter i Krokslätt. Med ditt personliga träningskort har du tillgång till hela vår verksamhet i Krokslätt inkl. vattengympa i Åby. Personal finns i gymmet varje gång du tränar om du har frågor.

Öppettider

månd - torsd 08.00-19.00
fred 08.00-15.00

Ordinarie öppettider fr.o.m. 1/9**Priser träningskort**

Autogiro: 350 kr/mån
bindningstid 1 år
Frysbar två månader per år. Kostnad 100 kr per tillfälle.

Årskort 4 200 kr
6 månader 2 600 kr
3 månader 1 650 kr
Tiokort 1 200 kr

(10-kort ger ej tillgång till vår vattenträning)
Admin avgift 250 kr endast vid första kortköpet

Med reservation för ändringar vid helger och semesterperioder.