

Träningscenter och mottagning:

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

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

mån - tors 08.00-19.00
fred 08.00-17.00

Se under avvikande öppettider baksidan alt på hemsidan under NYHETER

Ordinarie öppettider fr.o.m. 12/1-2026**Priser träningskort**

Autogiro: 350 kr/mån

bindningstid 1 år

Frysbart 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.

Dag	Grupp, tid	Lokal
Måndag	kl. 10.00-11.00 Styrka & Balans Station	Skogsrummet Bokning
Måndag	17.15-18.00 Cirkel Platta	Skogsrummet Bokning
Tisdag	10.30-11.15 Pilates	Bollrummet Bokning OBS: EJ 23/12
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	kl. 15.00-16.00 Styrka & Balans Station	Skogsrummet Bokning

AVVIKANDE ÖPPETTIDER

Fredag 31/10 – stänger kl: 16.30

Lördag 1/11 – RÖD DAG – stängt

Tisdagen 23/12- stänger kl: 16.30

Onsdag 24/12: stängt

Torsdag 25/12: stängt

Fredag 26/12: stängt

Lördag 27/12: stängt

Tisdag: 30/12: stänger kl: 16.30

Onsdag 31/12: stängt

Torsdag 1/1: stängt

Måndag 5/1: stänger kl: 16.30

Tisdag 6/1: stängt

Lördag 13/12 är sista lördagen som vi har öppet mellan kl: 10.00-14.00 innan jul/nyår.

Nästa möjlighet att komma och träna på lördagarna blir 17/1

Tack

Hälsa i kubik



Med reservation för ändringar vid helger och semesterperioder.