



Dag	Grupp, tid	Lokal
Måndag	Kl. 11.15-12.00 <b>Cirkel Platta, nybörjare</b>	Skogsrummet Bokning
Måndag	Kl. 13.15-14.00 <b>Cirkel stol</b>	Skogsrummet Bokning
Måndag	Kl. 17.15-18.00 <b>Cirkel Platta</b>	Skogsrummet Bokning
Tisdag	Kl. 10.30-11.15 <b>Pilates</b>	Bollrummet Bokning
Tisdag	Kl. 11.15-12.00 <b>Cirkel Platta</b>	Skogsrummet Bokning
Onsdag	kl. 10.15-11.00 <b>MultiGymna</b>	Bollrummet Bokning
Onsdag	kl. 17.15-18.00 <b>Cirkel Platta</b>	Skogsrummet Bokning
Torsdag	Kl. 11.15-12.00 <b>Cirkel stol</b>	Skogsrummet Bokning
Torsdag	Kl. 17.15-18.00 <b>Cirkel Platta</b>	Skogsrummet Bokning
Fredag	Kl: 13.15 - 14.15 <b>Styrka &amp; Balans Station Gym</b>	Gymmet Bokning

**Träningscenter och mottagning:**

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

**Varmvattenbassäng**, Nya Åbybadet, Idrottsvägen 7,**Bokning:** webbokning: [www.halsaikubik.se](http://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. vattengymna i Åby. Personal finns i gymmet varje gång du tränar om du har frågor.

**Öppettider**

mån - tors 08.00-19.00

fred 08.00-15.00

Lörd: stängt

Se under avvikande öppettider baksidan alt på hemsidan under NYHETER

**Ordinarie öppettider fr.o.m: 31/8 - 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 avaft 250 kr endast vid första kortköpet

*Med reservation för ändringar vid helger och semesterperioder.*

# AVVIKANDE ÖPPETTIDER

**Tors 18/6: stänger kl 16.30**

**Fred 19/6: stängt. MIDSOMMARAFTON**

**Lördag 30/5** är sista lördagen som vi har öppet mellan kl: 10.00-14.00 innan sommaren.

Nästa möjlighet att komma och träna på lördagarna blir 5/9

Vi önskar Er alla en fin och skön sommar

Tack

Hälsa i kubik

*Med reservation för ändringar vid helger och semesterperioder.*