

Träningscenter och mottagning: Mölndal, Åbäcksgatan 6 A, "Lindenhof", plan 3

Bassäng, Lilla Åbybadet, Idrottsvägen 7,

Bokning: webbokning: www.halsaikubik.se

Telefon: 031-16 97 40

Dag	Grupp, tid	Träningscentret
Måndag	10.00-11.00 Uteträning	Utomhus* Bokning/Drop-in 20 platser
Måndag	13.00-14.00 PlusgruppStation	Cirkelträningen Bokning/Drop-in 12 platser
Tisdag	09.30-10.15 Pilates nivå 2	Lugna rummet Bokning/drop-in 12 platser
Tisdag	10.15-11.00 Pilates nivå 2	Lugna rummet Bokning/drop-in 12 platser
Onsdag	10.00-11.00 Uteträning	Utomhus* Bokning/Drop-in 20 platser
Onsdag	15.15-16.00 Mindfulness	Lugna rummet Bokning/Drop-in 12 platser
Torsdag	10.00-10.45 Pilates nivå 1	Lugna rummet Bokning/drop-in 12 platser
Torsdag	17.15-18.00 Pilates nivå 2	Lugna rummet Bokning/drop-in 12 platser
Torsdag	18.00-18.45 Pilates nivå 2	Lugna rummet Bokning/drop-in 12 platser
Fredag	12.00-12.45 Cirkelträning inomhus med avstånd	Cirkelträningen Bokning/Drop-in 12 platser
Fredag	13.00-14.00 PlusgruppStation	Cirkelträningen Bokning/Drop-in 12 platser



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 utan att boka tid.

Du köper träningskortet på vårt träningscenter i Krokslätt. Med ditt personliga träningskort har du tillgång till hela vår verksamhet i Krokslätt i varmvattenbassängerna i Åby och Klippan (de tider som vi hyr in vår verksamhet).

Öppettider

månd - torsd 08.00-19.00

fred 08.00-15.00

Träningslokalerna är tillgängliga under våra öppettider då de inte är bokade för gruppträning.

Priser träningskort

Autogiro:	325 kr/mån bindningstid 1 år
Årskort	3 900 kr
6 månader	2 400 kr
3 månader	1 500 kr
Tiokort	1 100 kr

(10-kort ger ej tillgång till vår vattenträning)

Admin avgift 250 kr endast vid första kortköpet

Grupptränings schemat är starkt påverkad av Corona även under hösten.

* Uteträningen dvs stationsträning/gymna. Vi fortsätter under hösten.

Vi flyttar fram återstarten av Vattengymna med våtväst till januari 2021

Med reservation för ändringar i samband med helger och sommarsemestrar