

A wide-angle photograph of a large indoor swimming pool. The pool is divided into multiple lanes by blue and red lane lines. In the foreground, a white starting block is visible on a blue platform. The pool is surrounded by a wooden ceiling and walls, with large windows on the right side. A semi-transparent dark blue banner with white text is overlaid across the middle of the image.

Start din næste træningslejr her

Om Herning Svømmehal

Herning Svømmehal er Danmarks største svømmehal med 6 indendørs svømmebassiner, en familiehal og et 25 meter årstidsbassin.

Det er en svømmehal, hvor der er plads til eliten, foreningerne, pensionisten, motionisten og de legene børn. De mange forskellige brugere der roterer rundt i huset, skaber en god synergieffekt mellem forskellige interesser og forventninger. Det sætter også krav til brugerne om, at vise hensyn og give plads til alle.

Der er mulighed for træning - både i vand og på land, samt lave et

afslappende sauna-arrangement, hvor hoved og krop kan koble fra og samle ny energi.

Der er altid badeværtter til stede i huset, som vil være behjælpelig og svare på spørgsmål.

Vi har faciliteterne til, at I kan få nogle fantastiske dage i Herning.

Med venlig hilsen
Halinspektør,
Jette Lundø Michaelsen



FACILITETER

50 meter bassin

Bassin størrelse	50 x 25 meter svømmebassin
Banebredde	2,5 meter
Bassindybde	2 meters dybde over det hele.
Vandtemperatur	26,7 grader
Lufttemperatur	27,7 grader
Luftfugtighed i bassinrummet.	mellem 55 og 65% alt efter om det er vinter eller sommer. I vinterperioden er luftfugtigheden lavere end om sommeren.
Startsskamler	FINA godkendte Myrtha's "Track Start" startsskamler med justerbar rampe til den bagerste fod.
Rygstartsbøjle	En FINA godkendt Myrtha rygstarts bøjle. Kan lånes i receptionen
Trapper	Indvendig i bassinkanten.



FACILITETER

25 meter bassin

Bassinstørrelse	12,5 x 25 meter svømmebassin
Banebredde	2 meter
Bassindybde	1.30 til 1.80
Vandtemperatur	28 grader
Lufttemperatur	29 grader
Luftfugtighed i bassinrummet	mellem 55 og 65% alt efter om det er vinter eller sommer. I vinterperioden er luftfugtigheden lavere end om sommeren.
Startsskamler	Ikke navngivne
Trapper	Udvendig på bassinkanten



FACILITETER

Dryland ved bassinerne

Ved 50 meter bassinet er der et 5 x 55 meter dryland område, som uden beregning kan benyttes før, under og efter træning (kun uden beregning ved bassinleje).

Der er følgende redskaber:

- Træningsmåtte 1 x 8 meter
- Fitness bolde
- Form roller
- Pull Up træningsstang



FACILITETER

Multisalen

Tæt på 50 meter bassinet er vores Multisal placeret. Det er en sal med plads til fælles-træning i hold. Der er følgende udstyr:

- Træningsmåtter
- Fitness bolde i 2 størrelser
- Kættelebell's i 4, 6 og 12 kg
- TRX, slyngetræner
- Vægtstangssæt med 20 kg.
- Both Side Up balancetræner og Foam Roller
- Stepbænke

Lokale kan lejes.

Priser ses under priser i denne folder.



FACILITETER

Motionscenter

Vi har et moderne motionscenter med Matrix Fitness maskinpark. Der er mulighed for cirkel-, styrke- og cardiotræning.

Link til vores hjemmeside, hvor du kan se hvilke redskaber og mulighederne der er i lokalet

www.herningbad.dk/motionscenter

I svømmehallens åbningstider kan lokalet ikke lejes udelukkende til jer. Det vil sige, at når I benytter lokalet, kan der være andre brugere i rummet. Det gør, at I maks. kan have 10 brugere i lokalet ad gangen. For dette betaler I en dagspris. Priser ses under priser i denne folder.



FACILITETER

Fællessaunaen

I forbindelse med vores årstidsbassin* er der en stor lækker fællessauna. Denne samt en gusmester kan lejes til et hyggeligt og afslappende gusarrangement, hvor svømmere og trænere kan få fuld valuta på det sociale samvær, hvilket er vigtigt i forhold til at præsterer på en træningslejr.

Priser på sådanne et arrangement kan ses under priser i denne folder.

Gusarrangement kan kun bookes efter åbningstid.

*Fra ca. september til maj fungerer dette som et koldt vands bassin.



FACILITETER

Dampbad

Her kan du slappe af, finde ro og forkæle kroppen.

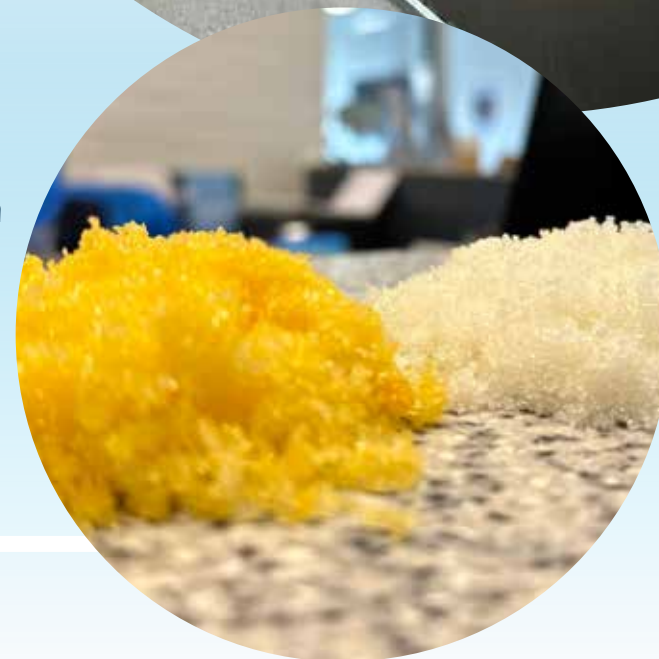
Et besøg i dampbadet...

- Renser huden og åbner porerne
- Løsner spændinger i musklerne
- Giver en skøn følelse af velvære og afslapning

Som noget ekstra kan du nu også forkæle dig selv med en saltpeeling i dampbadet. Saltpeeling fjerner døde hudceller, stimulerer blodcirkulationen og efterlader huden blød og frisk.

BEMÆRK: Af sikkerhedshensyn må egen saltscrub ikke benyttes. Men, fortvivl ikke - vi har 5 skønne saltpeelinger, du kan købe hos os i receptionen - hver med sin unikke duft, der løfter din oplevelse.

Kom ind og prøv - vi lover, at din krop vil takke dig!



FACILITETER

Klubområdet

Svømmehallen har et klubområde, der ligger i forbindelse med 50 meter hallen. Dette område indeholder en forhal og et mødelokale til ca. 50 personer.

Forhallen og mødelokalet kan frit benyttes som opholdssted før og efter træning.



ØKONOMI

Priser

50 meter bassin.	250 kr. pr. bane pr. time
25 meter.	110 kr. pr. bane pr. time
Motionsrum.	300 kr. engangsbeløb pr. dag i åbningstid
Multisal.	150 kr. pr. time
Dryland ved bassinerne.	Gratis i forbindelse med bassinleje
Dryland ved bassinerne.	100 kr. uden bassinleje pr. dag
Saunaarrangement.	2090 kr. for leje af sauna og gusmester



SIKKERHED

Faciliteterne bruges på eget ansvar

Der er badeværter i huset, og de vil altid være behjælpelig i tilfælde af uheld/ulykker samt svare på spørgsmål. Men de kan ikke se alt, og I kan ikke være sikre på, at de netop er ved det bassin/område, hvor I befinder jer.

Før træningslejren er I meget velkomne til at få en rundvisning i huset i forhold til sikkerhed og sikkerhedsudstyr. Send en mail til svmjol@herning.dk for bookning af aftale.



OVERNATNINGSMULIGHEDER

... tæt på Herning Svømmehal

Herning Svømmehal er ikke et center, hvor der er mulighed for at overnatte eller bespise. Men I skal ikke bevæge jer langt væk, før mulighederne viser sig.

Her er nogle forslag, som ligger indenfor gåafstand af svømmehallen eller hvor der er mulighed for offentlig transport.

Efterskolen Arena X 500 meter fra svømmehallen.

Herning City Hotel 2,5 km fra svømmehallen

Best Western Plus Hotel Eyde 3 km fra svømmehallen

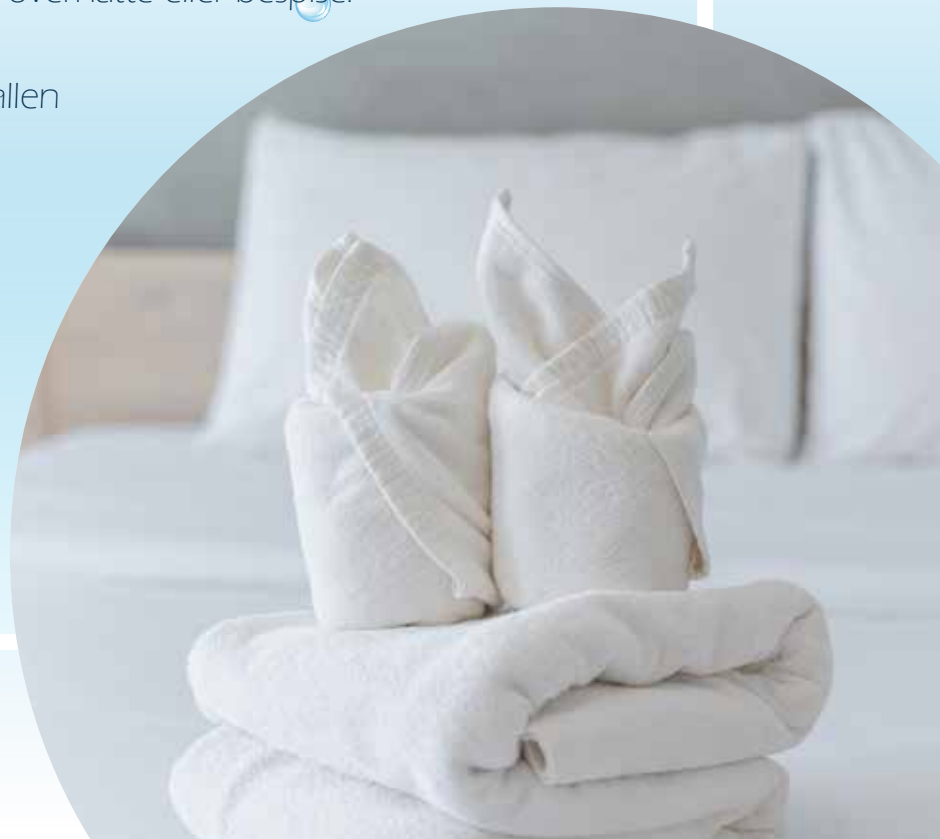
Herning City Apartments 3 km fra svømmehallen

Scandic Regina 4 km fra svømmehallen

Østergaards Hotel 4 km fra svømmehallen

Hotel Herning 5 km fra svømmehallen

Dolphin Hotel Herning 6 km fra svømmehallen



OFFENTLIG TRANSPORT

... til Herning Svømmehal

Bybussen holder lige ude foran hovedindgangen til svømmehallen.

Kontakt Midttrafik på tlf. 70 210 230 eller hjemmeside:

www.midttrafik.dk/koreplaner/bybusser/herning/



AKTIVITETER I NATUREN

... nær Herning Svømmehal

Der er masser af natur lige om hjørnet. Her finder du løbe- og gåruter.

Fuglsangs Sø

- Længe; fra 4,5 til 5 km*
- Underlag: Asfalt og grus
- Smuk og god natur med bakker, sand, sten, trapper og bænke, som kan bruges til aktiviteter/fysiske øvelser

Hjertestien

- Længde; fra 2,5 til 4 km*
- Underlag: Asfalt

* distance fra Herning Svømmehal og turen rundt



AKTIVITETER I HERNING

Forslag til aktiviteter i byen

- Herning Isstadion – 500 meter fra svømmehallen
- Sportscenter Holing og Padel Lounge – 500 meter fra svømmehallen
- DiscGolf ved Fuglesang Sø – 1 km fra svømmehallen
- Biograf – 3 km fra svømmehallen
- Baboon City – 2 km. fra svømmehallen
- Terminalen – 4 km. fra svømmehallen
- Locked Escape Room - 4 km. fra svømmehallen
- Bowling - 4 km. fra svømmehallen



KONTAKT

... til Herning Svømmehal

Er du interesseret i at booke eller høre mere om mulighederne for en træningslejr i Herning Svømmehal, så kontakt Jonas Lysgaard på mail: svmjol@herning.dk eller ring til ham på tlf. **40 83 40 82**

Han glæder sig til at høre fra jer 😊

Du kan også læse meget mere om Herning Svømmehal på vores hjemmeside

HERNINGBAD.DK

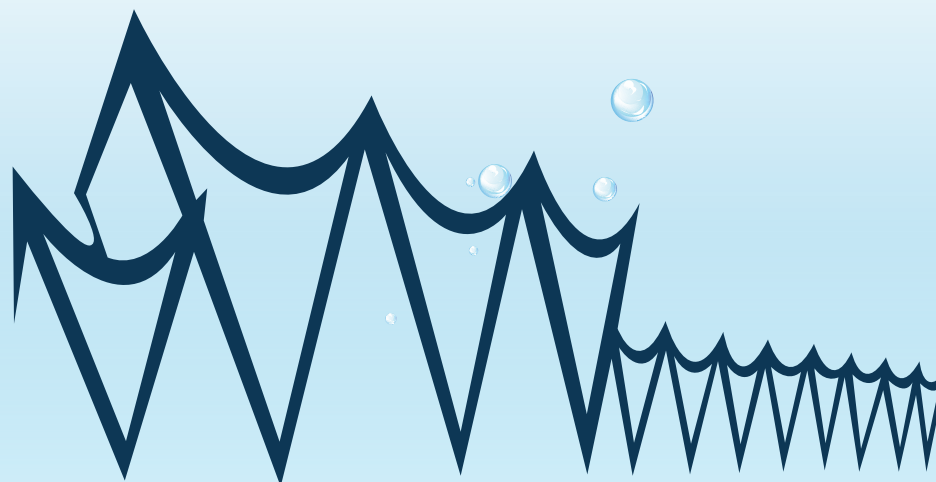


**FØLG OS PÅ
FACEBOOK OG
INSTAGRAM**



DANMARKS
STØRSTE
SVØMMEHAL

Vi glæder os til at tage imod jer i...



HERNING SVØMMEHAL

Brændgårdvej 20 · 7400 Herning · Tlf. 96 28 86 85

ÅBNINGSTIDER: Mandag-torsdag 06:00-21:00. Fredag 06:00-19:00. Lør-, søn- og helligdage 08:00-16:00.