

PROGRAM 2 FUB ALE 2026



GÄLLER FRÅN 1 APRIL TILL 30 SEPTEMBER 2026

Simhallen i Skepplanda

Plats: Simhallen		Ort: Skepplanda	
Lördag	16:30-18:00	11	april
Lördag	16:30-18:00	18	april
Lördag	16:30-18:00	25	april
Lördag	16:30-18:00	2	maj
Lördag	16:30-18:00	9	maj
Lördag	16:30-18:00	16	maj
Lördag	16:30-18:00	23	maj
Lördag – sista badet för säsongen	16:30-18:00	30	maj
Lördag - Start badet	16:30-18:00	5	september
Lördag	16:30-18:00	12	september
Lördag	16:30-18:00	19	september
Lördag	16:30-18:00	26	september

Alla är välkomna till badet i sällskap med en huvudmedlem. Badet är utan kostnad. Simhallens badregler gäller och skall respekteras av alla som deltar. Ledsagare ansvarar för säkerhet och allmän ordning. Det finns ett mindre omklädningsrum för den som har med sig ledsagare av motsatt kön.

Gymnastik och lek, 5 - 13 år

Plats: Garnvindeskolan		Ort: Skepplanda	
Söndag	10:00-11:00	5	april
Söndag	10:00-11:00	19	april
Söndag	10:00-11:00	3	maj
Söndag	10:00-11:00	19	maj
Söndag	10:00-11:00	31	maj
Söndag	10:00-11:00	6	september
Söndag	10:00-11:00	20	september

Gymnastik och lek för de lite yngre. Det är gratis för medlemmar i FUB. Du som inte är medlem – kom och prova!

PROGRAM 2 FUB ALE 2026



MåBra-övningar och avslappning till lugn musik – yoga på ditt sätt

Plats: Garnvindeskolan

Ort: Skepplanda

Onsdag	18:00-19:00	1	april
Onsdag	18:00-19:00	15	april
Onsdag	18:00-19:00	29	april
Onsdag	18:00-19:00	30	september

Alla kan vara med: medlemmar, kompisar, personal och anhöriga. Man gör det man kan och vill. Man sitter på golvet eller på en bänk. FUB har med yogamattor. Ingen anmälan, ingen kostnad. Läs mer om Alla kan yoga och titta här: <https://allakanyoga.org/>

Gympa/stationsträning – för alla åldrar

Plats: Garnvindeskolan

Ort: Skepplanda

Onsdag	18:00-19:00	23	september

Alla kan vara med på gympa/stationsträning. Det är skönt att röra på sig och man gör bara vad man vill och kan. Ingen anmälan, inga kostnader. Man behöver inte byta om, det är bara att komma! Från hösten kör vi gympa varannan onsdag.

AW (After Work)

Plats: Mr. Johanssons restaurang

Ort: Älvängen

AW	Fredag	17	april	17:00-19:00
AW OBS!!! Sannegårdens Pizzeria	Fredag	8	maj	17:00-19:00
AW	Fredag	18	september	17:00-19:00

*Alla är välkomna till AW. Pris 169 kr för mat. **Man anmäler sig senast två dagar innan till Max Gabrielsson: 0730-88 48 80.** Om du har anmält dig men inte kan komma, måste du avboka!*

PROGRAM 2 FUB ALE 2026



Andra aktiviteter med FUB Ale				
Aktivitet	Dag och tid	Plats	Kostnad	Anmälan
Bowling. FUB har bokat alla banorna.	Lördag 11 april Kl 17 - 18	Nordmanna bowling	100 kr. Betalas på plats med Swish eller kontant. Ledsagare kan spela i mån av plats och betalar då 100 kr.	Senast den 7 april till Helena Bjerstaf: 0739-77 90 35. Obs! Anmäl även ledsagare.
Vårpromenad. Vi går i den vackra ekskogen och svarar på kluriga frågor. Ta med kaffetermos!	Lördag 26 april kl 14 – 15.30	Prästalund. Vid regn kan vi vara inomhus.	Ingen kostnad.	Ingen anmälan krävs.
Grillfest i Dammekärr. Vi går poängpromenad och grillar. FUB bjuder alla medlemmar + ledsagare.	Söndag 17 maj kl 16-18.	Dammekärr	Ingen kostnad.	Senast den 11 maj till Lennart Hamnelid: 0708-42 37 33 eller lennart.hamnelid@gmail.com
Besök på Nordens Ark Mer information kommer senare.	Söndag 13 september. Tid meddelas senare i vår.	Hunnebostrand	Information kommer under våren.	Information kommer.

Fester, dans mm – aktiviteter med andra arrangörer

Aktivitet	Dag och tid	Plats
Träffendansen	Torsdag 23 april kl 19:00-22:00	Kungälv
Träffendansen	Torsdag 21 maj, kl 19:00-22:00	Kungälv
Träffendansen	Torsdag 24 september, kl 19:00-22:00	Kungälv
STOLT – för barn och unga, 7 – 26 år. Ingen kostnad men man måste anmäla sig. Läs mer på FUB Ale:s hemsida under fliken Barn och unga.	Lördag 11 april kl 10.00 – 12.00	Akvarellmuseet i Skärhamn
STOLT – för barn och unga, 7 – 22 år		
STOLT – genrep av musikalen Peter Pan 2	Lördag 18 april kl 12.00 – 13.15	Ale kulturrum, Nödinge
Funkisfestivalen – regionfinal Läs mer på FUB Ale:s hemsida. Se Kalendern.	Lördag 18 april. Showen börjar 18.00.	Mimers teater, Mimers Hus i Kungälv

PROGRAM 2 FUB ALE 2026



BoU: Barn- och ungdomsgruppen, 7 – 22 år.

Vi samarbetar med FUB Kungälv. Alla i Ale, Lilla Edet och Kungälv är välkomna!

Aktivitet och anmälan	Datum
<p>Besök på en bondgård Vi får träffa djuren på gården: hästar, getter och alpackoroch vi kan få åka fyrhjuling. Den som vill, kan kanske prova på att rida. Ta med en liten matsäck, så fikar vi tillsammans. Adressen är: Gällsås 385, 44692 Skepplanda. Ingen kostnad för denna aktivitet.</p> <p>Anmäl er senast den 5/5 till Anna: 0734-43 79 82 eller på mejl: anna.m.enggren@gmail.com</p>	<p>Söndag 10 maj kl 15.00 – 17.00</p>
<p>Gaming i Skepplanda bygdegård för barn och unga. Mer information kommer!</p>	<p>Lördag 23 maj. Information om tid kommer.</p>
<p>Besök i Slottsskogen (Göteborg). Vi gör olika aktiviteter, tittar på djuren i parken och grillar korv. Anmäl er senast den 10 juni till Mira: 070-688 45 71 eller mirajosefin@yahoo.se</p>	<p>Söndag 14 juni 11.30 – 14.00</p>
<p>Läger i Trollsjönäs lägergård i Bohus. Vi gör aktiviteter i skogen, badar och paddlar kanot och mycket annat. Man kan övernatta eller komma över dagen. Kostnad: 125 kr/dag för medlemmar i FUB. Mer information kommer. Anmäl er senast den 29 juni till Anna: 0734-43 79 82 eller på mejl: anna.m.enggren@gmail.com OBS! Max 12 barn/unga, så vänta inte med att anmäla er.</p>	<p>Lördag 1/8 - söndag 2/8</p>
<p>Besök på Nordens Ark. Kom med och se alla djuren! Besöket är öppet för både barn, unga och vuxna i FUB. Mer information om tid, kostnad mm kommer under våren.</p>	<p>Söndag 13 september. Tid meddelas senare i vår.</p>

Vet du någon som vill gå med i FUB?

Alla som vill stödja människors lika värde är välkomna! Det kostar 300 kronor/år för huvudmedlem och 60 kronor för familjemedlem.



PROGRAM 2 FUB ALE 2026



April

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
		1 Yoga 18-19	2	3	4 Inget bad - Påskafton	5 Gympa o Lek
6	7	8	9	10	11 STOLT Bowling 17-18 Bad i Skepplanda	12
13	14 Styrelsemöte	15 Yoga 18-19	16	17 AW på Mr. Johansson 17-19	18 STOLT-Musikal Bad i Skepplanda	19 Gympa o Lek
20	21	22	23 Träffendansen	24	25 Bad i Skepplanda	26 Vårpromenad
27	28	29 Yoga 18-19	30			

Maj

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
				1	2 Bad Skepplanda	3 Gympa o Lek
4	5	6	7	8 AW 17-19 Sannegårdens Pizzeria	9 Bad Skepplanda	10 Barn o unga: Besök på bondgård 15-17
11	12 Styrelsemöte	13	14	15	16 Bad Skepplanda	17 Gympa o Lek Grillfest 16-18 i Dammekärr
18	19	20	21 Träffendansen	22	23 Bad Skepplanda Barn o unga: Gaming	24 Kärleksteatern
25	26	27	28	29	30 Bad Skepplanda	31 Gympa o Lek

PROGRAM 2 FUB ALE 2026



Juni

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
1	2	3	4	5	6 Nationaldagen. FUB i Nödinge	7
8	9 Styrelsemöte	10	11	12	13	14 Barn o unga: Slottsskogen 11.30 – 14.00
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Juli – inget program

Augusti

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
					1 Läger för barn och unga	2 Läger för barn och unga
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

September

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
	1 Styrelsemöte	2	3	4	5 Bad Skepplanda	6 Gympa o Lek
7	8	9	10	11	12 Bad Skepplanda	13 Besök på Nordens Ark
14	15	16	17	18 AW 17-19	19 Bad Skepplanda	20 Gympa o Lek
21	22	23 Gympa 18-19	24 Träffendansen	25	26 Bad Skepplanda	27
28	29	30 Yoga18-19				

PROGRAM 2 FUB ALE 2026

