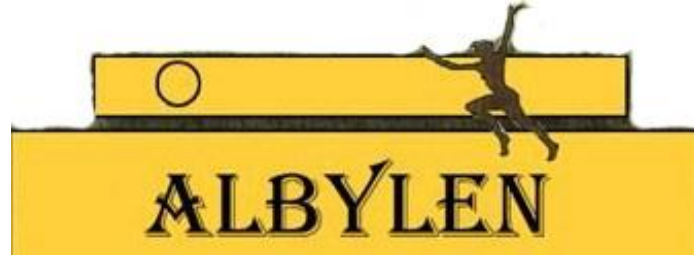


Ledare våren 2025

<u>Aktivitet</u>	<u>Namn</u>	<u>Tel.</u>
Promenader	Lena S & Olle	070-182 91 61
Barn gymnastik	Therese	073-994 98 81
Bonngympa	Lena W	073-182 07 03
Bordtennis	Thomas	0708-112 874
Bordtennis för barn	Willy Thomas	073-2408068 0708-112 874
Bowls	Sven	070-213 73 50
Bugg	Ann	073-424 66 09
Cirkelträning	Jessica Stina	073-820-70 31 072-244 26 83
Gymmet Juniorer	Marcus	073-808 04 47
Gymmet Seniorer	Roy	073-509 86 50
Kulturskolans Barndans	Aurea	Kulturskolan
Må bra gruppen	Ingrid	070-547 05 86
Skytte	Ingemar	070-581 60 33
Spinning	Maj	070-635 33 48
Volleyboll	Jan	070-866 3752
Zumba	Anna	070-211 98 83

www.albylen.se



- ditt närmaste träningsställe

Program för våren 2025

Nytt utökat
program för
våren.

Välkommen
till Albylen
och träna
tillsammans
med oss.

Priser:

1 aktivitet 50:-

10-kort 450:-

1-månads kort 250:-

6-månaders kort 1200:-

12-månaders kort 2000:-

Bankgiro 378-7710

Swish nummer 123 288 7446

Information och nyheter: Zumba är tillbaka och det blir fortsättningskurs i Bugg, så nu finns det fler möjligheter till härlig dansträning. Dessutom blir det Barn gymnastik varje lördag och vi fortsätter med den populära bordtennisträningen för barn. På söndagar, med start 2/2, blir det Stick-kafé kl 17.30-19.30.

Ev ändringar och nyheter kommer på hemsidan Albylen.se, Facebook-sidan samt i nyhetsbrevet. Håll utkik!

Medlemsavgift i HAIK:

Skolungdom t.o.m åk 9 50:-
Vuxen 150:-
Familj 300:-

Bankgiro 378-7710
eller swish 123 288 7446

Stötta oss gärna med medlemskap. Även det gör stor nytta t.ex när vi söker bidrag mm.

Anmäl din epost-adress till
nyhetsbrev@albylen.se
så får du all information direkt
hem i din epost.

Bastu dam fredagar kl 16.00-17.30

Bastu herr fredagar kl 17.30-19.00

Föransmälan till Må Bra Gruppen och Bugg görs till respektive ledare. Se telefonlista.

Föransmälan till spinning och cirkelträning görs via hemsidan, **www.albylen.se**

Gymmet är öppet alla dagar mellan 07.00-21.00

www.albylen.se

<u>Start</u>	<u>Aktivitet</u>	<u>Tid</u>	<u>Ledare</u>	<u>Avgift</u>	<u>Föranmälan</u>
3/2	Zumba	Måndagar 18:30-19:30	Anna	Se prislista	Nej
10/3 6 ggr	Bonngympa	Måndag 19.30-20.30	Lena	Se prislista	Nej
28/1	Må bra grupp	Tisdag 13.00-15.30	Ingrid	450 kr/ termin	Ja
14/2	Kulturskolan	Tisd 18-19	Aurea	Skolans	Ja
7/1	Cirkel-träning	Tisdag 19.00-20.15	Stina o Jessica	Se prislista	Ja
7/1	Volleyboll	Tisdag 20.15-21.30	Jan	Se prislista	Nej
15/1	Bordtennis för barn	Onsdag 15.30-17.00	Willy Thomas	Medlem	Nej
8/1	Bordtennis	Onsdag 17.00-18.45	Thomas	Se prislista	Nej
15/1	Skytte	Onsdag 18.00-20.00	Ingemar	Medlem i Skyttef	Nej
15/1	Gruppträning Gym	Onsdag 19.00-20.00	Marcus	Se prislista	Ja
29/1	Bugg fortsättning	Onsdag 19.30-20.30	Ann	Se prislista	Ja
16/1	Bowls/Prova på+vidareutv.	Torsdagar 10.00-12.00	Sven	Se prislista	Nej
23/1	Spinning	Torsdag 18.30-19.30	Maj	Se prislista	Ja
9/1	Bowls	Tors & Sön 18:00-20:30	Sven	Se prislista	Nej
18/1	Barngymnastik för 2-5 åringar	Lördag 10.00-11.00	Therese	Medlem	Nej
25/1	Gruppträning Gym Senior	Lördag 09.00-10.00	Roy	Se prislista	Nej