

# Träna lite här och där i sommar!



## BASSÄNGBAD UTOMHUS – ENTRÉAVGIFT

### Sommarkort:

Vuxna	700 kr
Pensionär, studerande och vpl	400 kr
Barn/ungdom 4–19 år	160 kr

### Entré, per gång:

Vuxna	70 kr
Pensionär, studerande, FaR® och vpl	50 kr
Barn/ungdom 4–19 år	20 kr

**Eriksdalsbadet**, tel 08-508 40 250.  
Öppet 24/5–22/8: Mån–tors 6.30–20.00, fre 6.30–19.00, lör–sön 9.00–18.00. Midsommarafton, endast utebadet öppet 10.00–15.00. Möjlighet finns att besöka inomhusbadet mot en tilläggsavgift. Massor av utomhusaktiviteter; se hemsidan.

**Kampementsbadet**, tel 08-661 62 16.  
Öppet 31/5–22/8: Mån, ons, fre 6.30–18.00, tis, tors 8.00–20.00, lör–sön 10.00–18.00. Sveriges nationaldag 6/6 10.00–16.00. Midsommarafton och midsommardagen 10.00–15.00. Träna i vårt sommargym. Gruppträningschema, se hemsidan.

**Nälstabadet**, tel 08-761 22 63.  
Öppet 14/6–29/8 (med reservation för senare öppnande pga renovering): Mån–fre 6.30–18.00, lör–sön 10.00–18.00. Sveriges nationaldag 6/6 stängt. Midsommarafton och midsommardagen 10.00–16.00. Vattengympa onsdagar, lördagar, se hemsidan.

## BASSÄNGBAD UTOMHUS – FRI ENTRÉ

Öppet mån–sön 10.00–18.00  
Avvikande öppettider: Sveriges nationaldag 6/6, midsommarafton och midsommardagen kl 10.00–16.00. Se undantag under respektive bad.

**Hägerstensbadet**, tel 076-129 26 53.  
Öppet 28/5–22/8. Inga motionsbanor erbjuds. Utomhusaktiviteter; se hemsidan och anslag på badet.

**Nytorpsbadet**, tel 08-648 89 89.  
Öppet 28/6–22/8. Sveriges nationaldag 6/6 stängt. Midsommarafton och midsommardagen stängt.

**Älvsjöbadet**, tel 08-647 15 07.  
Öppet 7/6–22/8. För mer information om datum och tider, se hemsidan.

**Stora Sköndals handikappbad**, tel 076-825 14 49.  
Öppet 12/6–22/8 (med reservation för eventuell renovering).

## AKTIVITETER I SIMHALLAR

**Eriksdalsbadet**, tel 08-508 40 250.  
24/5–22/8: Inomhusbassänger och äventyrsbadet mån–tors 9.00–20.00, fre 9.00–19.00, lör–sön 9.00–17.00. Midsommarafton stängt. Reservation för ändrad öppettid 21/8. Gym: vardagar 6.30–20.00, lör–sön 9.00–20.00. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan.

**Farsta sim- och idrottshall**, tel 08-508 47 227.  
Simhallen: stängt under helger fr o m den 30/5. Fr o m 31/5 öppet mån–tors 6.30–20.00, fre 6.30–18.00. OBS: tors 24/6 6.30–16.00. Simhallen stängd 25/6–23/8. Gym/gruppträning: ordinarie öppettider t o m 23/6 (24/6, se ovan). Sveriges nationaldag 6/6 simhall stängd, gym öppet 11.00–17.00. Sommartider fr o m 28/6: mån–tors 6.30–19.00, fre stängt, lör 8.30–14.00, sön 11.00–17.00. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan.

**Forsgrönska badet**, tel 08-508 403 20.  
Ordinarie öppettider t o m 2/7. Sveriges nationaldag 6/6 är simhallen öppen 10.00–16.00. Midsommarafton och midsommardagen stängt. Stängt för renovering 3/7–22/8. Ordinarie öppettider fr o m 23/8. Vi hänvisar till Stockholms stads övriga simhallar och utomhusbassänger. Sommarschema för gruppträning v. 22–26, se hemsidan.

**GIH-badet**, tel 08-14 55 29.  
Sommarstängt 31/5–22/8. Vi hänvisar till Stockholms stads övriga simhallar och utomhusbassänger.

**Husbybadet**, tel 08-508 451 90.  
Ordinarie öppettider t o m 27/6. Midsommarafton och midsommardagen stängt. Reducerade öppettider för bad 28/6–18/7 samt enbart gym 28/6–18/7: mån 12.00–18.00, tis 7.00–13.00, ons–tors 14.00–20.00, fre 9.00–15.00, lör–sön stängt. Äventyret är stängt 28/6–15/8. Motionsbassängen stänger för renovering 19/7–15/8. Ordinarie öppettider fr o m 16/8. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan eller anslag på anläggningen.

**Högdalens sim- och idrottshall**, tel 08-508 49 330.  
Ordinarie öppettider t o m 6/6. Reducerade öppettider för simhall, gym och relax 7/6–22/8: mån–tors 6.30–20.30, fre 13.00–19.00, lör stängt, sön 15.00–19.00. Stängt Midsommarafton, midsommardagen och sön 27/6. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan eller anslag på anläggningen.

**Kronobergsbadet**, tel 08-401 92 07.  
Sommarstängt 19/6–15/8, i övrigt ordinarie öppettider: Sveriges nationaldag 6/6 10.00–16.00. Midsommarafton och midsommardagen stängt.

**Liljeholmsbadet**, tel 08-668 67 80.  
Sommarstängt 25/6–15/8, i övrigt ordinarie öppettider: Sveriges nationaldag 6/6, midsommarafton och midsommardagen stängt.

**Sandsborgsbadet**, tel 08-648 92 74.  
Öppet 31/5–24/6: mån, ons, fre 15–19., tis, tors 6.30–10.00 samt 15.00–19.00. Sommarstängt 25/6–22/8.

**Skärholmens sim- och idrottshall**  
Ordinarie öppettider 1/6–27/6, undantag 6/6 öppet 10.00–15.00, tors 24/6 (6.30–17.00) och 25–27/6 stängt.

Reducerade öppettider 28/6–4/7, mån, tis, tors 14.00–20.00, ons, fre 7.00–13.00, lör 10.00–15.00, sön stängt. Simhallen är stängd för renovering 5/7–22/8. Gymmet har reducerade öppettider 28/6–22/8 mån, tis, tors 14.00–20.00, ons, fre 7.00–13.00, lör 10.00–15.00, sön stängt. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan eller anslag på anläggningen.

**Tensta sim- och idrottshall**, tel 08-508 41 170.  
Simhallen stängd 14/5–15/8 pga ombyggnation. Reducerade öppettider på gymmet 10/5–30/5 mån–tors 6.30–20.00, fre 6.30–18.00, lör–sön stängt. 31/5–24/6 mån, ons, tors 16.00–20.00, tis, fre, lör, sön stängt. Ordinarie öppettider fr o m 16/8.

**Vällingby sim- och idrottshall**, tel 08-508 418 20.  
Ordinarie öppettider 1/6–26/6, Sveriges nationaldag 6/6 öppet 10–16. Simhallen stängd 25/6–15/8. Vi hänvisar badgäster till Nälstabadet, se info intill. Sommartider på gymmet: ordinarie öppettider t o m 24/6, 27/6–15/8 mån, ons 14.00–20.00, tis, tors 7.00–13.00, fre 13.00–18.00, lör stängt, sön 10.00–16.00. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan eller anslag på anläggningen.

**Västertorps sim- och idrottshall**, tel 08-97 60 31. Bad, gym, sol och relax har ordinarie öppettider t o m 24/6, Sveriges nationaldag 6/6 öppet 10.00–15.00. Reducerade öppettider 28/6–22/8 mån, ons 6.30–20.00, tis, tors 14.00–20.00, fre 6.30–13.00, lör stängt, sön 14.00–20.00. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan eller anslag på anläggningen.

**Åkeshovs sim- och idrottshall**, tel 08-508 42 50.  
Sveriges nationaldag 6/6 öppet 10.30–16.00. 24/6 (dag före midsommarafton) öppet 10.00–18.00. Midsommarafton stängt. 28/6–15/8 gym öppet mån, ons, fre 7.00–13.00, tis, tors 14.00–20.00, lör 10.00–16.00, sön stängt. Då badet är stängt hänvisar vi till utomhusbadet samt öppna simhallar. Sommarschema för gruppträning v. 22–34, se hemsidan.

## SIMSKOLA INOMHUS I SOMMAR

Intensivsimskolor för barn 5–14 år, platser kvar i Husbybadet, Farsta- och Skärholmens sim- och idrottshall vecka 21–22 + 23–24, pris 950 kr. Ansök via [www.stockholm.se/idrott](http://www.stockholm.se/idrott). Här kan du även redan nu söka till höstens kurser!

## SIMSKOLA UTOMHUS I SOMMAR

**Eriksdalsbadet** SK Neptun – [www.skneptun.se](http://www.skneptun.se)  
**Älvsjöbadet** Polisen – [www.polisensim.com](http://www.polisensim.com)  
**Hägerstensbadet** Polisen – [www.polisensim.com](http://www.polisensim.com)  
**Kampementsbadet** SK Neptun – [www.skneptun.se](http://www.skneptun.se)  
**Nytorpsbadet** Polisen – [www.polisensim.com](http://www.polisensim.com)  
**Nälstabadet** Spårvägen – [www.sparvagensim.com](http://www.sparvagensim.com)  
**SKK** – [www.skksim.nu](http://www.skksim.nu),  
**Kaanan** – [www.kaanan.se](http://www.kaanan.se)  
Anmälan sker via föreningarnas hemsidor.

## SOMMARÖPPET I IDROTTS- HALLAR

Stockholms stads idrottshallar har begränsat öppet-hållande juni, juli och augusti. Kontakta bokningen tel 08-508 27 510 mån, ons 13.00–16.00 och tis, tors, fre 9.00–12.00. Du kan även söka tider på [www.stockholm.se/bokningen](http://www.stockholm.se/bokningen)

## AKTIVITETSTIPS PÅ IDROTTSPLATSERNA

**Dalhagens BP Beachvolley**, boules, friidrott, basket och fotboll (obemannad anläggning).

**Gärdets sportfält Spontanidrott**, fotboll, beachvolley, Amerikansk fotboll, rugby, brännboll.

**Stockholms stadion** tel 08-664 00 72  
Friidrottsskola, Fredrikshofs IF.

**Enskede IP**, tel 08-649 16 85  
Fotboll, löpning, höjd- och längdhopp.

**Gubbängens IP**, tel 08-604 88 02  
Fotboll, konstgräsplan.

**Kristinebergs IP**, tel 08-618 95 15  
Friidrottsskola, Bromma IF, tel 0730-26 16 18.

**Kärrtorps IP**, tel 08-659 95 50  
Boules, beachvolley, motions slinga och jogging/ löpning på allvädarsbana.

**Spånga IP**, tel 08-761 26 47  
Friidrott, fotboll och basket.

**Spånga IP, Drive-in-fotboll för ungdomar**  
Fredagar 21.00–22.30 högstadiet/gymnasiet (14–17 år). Fredagar 22.30–24.00 gymnasiet-äldre (från 16 år). Lördagar 18.00–19.30 låg- och mellanstadiet (7–12 år). Lördagar 19.30–21.00 högstadiet upp till åk 1 gymnasiet. (12–17 år). Jawad Al Jebouri ansvarig, tel: 073-763 01 61

**Stadshagens IP**, tel 08-618 75 25  
Fotbollsskola, Mariebergs SK tel 08-652 30 03  
Fotbollsskola, Karlbergs BK tel 08-799 24 71

**Stora Mossens IP**, tel 08-25 35 27  
Konstgräs, löparbanor, längd- och höjdhopp, frisbee golf, streetbasket, boulesbana och beachvolley.

**Hjorthagens IP**, tel 08-664 05 01

**Zinkensdamms IP**, tel 08-668 93 31  
Friidrottsskola, IF Linnéa, tel 08-669 15 66  
Fotbollsskola, Reymersholms IK, tel 08-84 45 25

**Sättra IP**, tel 08-88 32 11, 0708-604 0 20  
Friidrottsskola, längd, höjd, kula.

**Farsta IP**, tel 08-94 42 12  
Friidrott, längd, höjd, kula.

**Värbergs IP**, tel 08-710 13 30  
Plastisbana. Kula och längdhopp.

**Ärvinge BP, Drive-in-fotboll för ungdomar**  
Lördagar 20.00–21.30 högstadiet (12–15 år)  
Lördagar 21.30–23.00 gymnasiet (15–20 år)  
Ghali Dawy ansvarig, tel: 073-924 54 22

**Strandbad och friluftsliv i Stockholm**  
Info hittar du på [www.stockholmguiden.nu](http://www.stockholmguiden.nu)

**Simskola och aktiviteter till hösten?**  
Läs mer om hela höstens program samt gör din intresseanmälan på [www.stockholm.se/idrott](http://www.stockholm.se/idrott)

**Bra att veta**  
Mer information samt schema på gruppträning för respektive simhall finns på hemsidan. Där finns även "bra att veta" innan du besöker baden.

Med reservation för ev. ändringar.