



Klubbträning våren 2025

Cykelklubben Armkraft genomför träningar/prova-på cykling inomhus i friidrottsarenan Tybblelundshallen i Örebro. På våra träningar under utomhussäsongen maj – juni och augusti - september utgår vi från Tybblelundshallen. Träningen/Prova på är för dig som har en rörelsenedsättning eller synskada och som vill kunna cykla. Vi har cyklar för utlåning.

Plats: Tybblelundshallen, Tybblelundsvägen 3, Örebro. Stadsbuss linje 6 går hit. Lätt doserad löparbana på 200 meter. Utomhus är det bra försett med cykelvägar i lagom kuperad terräng.

Vecka	Datum	Månad	Veckodag	Tid	Ute/Inne
3	19	Januari	Söndag	13-15	Inne
5	2	Februari	Söndag	13-15	Inne
7	16	Februari	Söndag	13-15	Inne
9	2	Mars	Söndag	13-15	Inne
11	16	Mars	Söndag	13-15	Inne
14	6	April	Söndag	13-15	Inne
15	13	April	Söndag	13-15	Inne
17	27	April	Söndag	13-15	Inne
19	11	Maj	Söndag	13-15	Inne/Ute
21	22	Maj	Torsdag	17:30-19	Ute
24	12	Juni	Torsdag	17:30-19	Ute

OBS! Byte av tid och datum kan förekomma. Gå in och titta på Facebook, Cykelklubben Armkraft eller Instagram adress ckarmkraft.

Träningarna markerade med röd färg är vi tillsammans med senior träningsgruppen. Observera tiden.

Prova på:

Om du vill prova på paracyklingen får du komma och testa våra cyklar vid tre tillfällen utan krav på medlemskap eller annan avgift. För fortsatt medverkan på träning önskar vi att du löser medlemsavgift, se uppgifter nedan.

Kostnad:

För dig som är medlem i Cykelklubben Armkraft ingår träningar (inkl. lån av cykel) i medlemsavgiften. Medlemsavgiften för år 2025 är 300 kr för vuxen, 200 kr för junior upp till och med 18 år samt 400 kr för familj. Avgiften betalas in till CK Armkraft på Bankgirokonto 5087–3462. Ange namn på de personer avgiften avser.

Klädsel: Träningskläder och vattenflaska. Omklädningsrum med dusch finns.

Anmälan till träning: SMS . 070-5085213

Vid frågor ring 070-7685366 (Roger)

