俗话说的好，秋冬不健身，春夏徒伤悲。

远程教学容易宅在家里，但小编在这里还是建议大家增加锻炼，现在是斯京的夏天的尾巴，多出去走一走跑跑步，晒晒太阳还是很好的。

如果是想要力量训练，练胸、背、腿，可能就要外出去健身房了。

作为KTH的学生，您可以有多种选择。其中之一是campus的健身房KTH-Hallen，该体育中心提供设施齐全的健身房，健美操课，旋转运动以及篮球，羽毛球，曲棍球，排球等运动。

如果对办卡感兴趣的话，可以直接去现场咨询，工作人员都会很友好很热情的帮助你~

开放时间：

周一 07.30-20.00

周二 07.30-20.00

周三 07.30-20.00

周四 07.30-20.00

周五 07.30-19.00

周六 10.00-15.00

周日 14.00-19.00

KTH Hallen的联系方式：

电话

010-155 52 37

电邮

[kth-hallen@nordicwellness.se](mailto:kth-hallen@nordicwellness.se)

他们的官网链接：<https://nordicwellness.se/vara-klubbar/stockholm/stockholm-kth-hallen/>

价格表：<https://nordicwellness.se/priser/medlemskap/>