



## GYMNASTIK

Nr.	Hold	Leder	Dag	Tid	Sted	Kontakt
<b>Børne- og rytmisk gymnastik</b>						
1.	Mor/far/barn – max 3 år (max 25 børn)	Mette, Lærke	mandag	16.30-17.15	GF1	<b>Hold 1-7:</b> Janni 26 81 47 19
2.	Mor/far/barn – max 3 år (max 25 børn)	Mette, Lærke	mandag	17.15-18.00	GF1	
3.	Spilopper 3-5 år	Camilla, Charlotte, Carina, Anemarie, Mie	torsdag	16.00-17.00	GF1	
4.	Spilopper 3-5 år	Camilla, Rikke, Elina, Clara	torsdag	17.00-18.00	GF1	
5.	Rytmedance 5-7 år	Anne, Pernille, Luna, Signe	onsdag	17.00-18.00	GF2	
6.	Rytme dance 8-12 år	Camilla, Christina	onsdag	18.00-19.30	GF2	
7.	Handicap gymnastik mix	Lene, Inger, Maj-Britt, Vicki	mandag	18.00-19.00	GF1	
<b>Motionsgymnastik og fitness</b>						
8.	Show aerobic – Opvisningshold	Dorthe, Britt	tirsdag	17.45-19.15	GF2	<b>Hold 8-17:</b> Trine 29 31 36 70
9.	Kom i form	Lissie, Gitte	tirsdag	09.30-10.30	GF1	
10.	Kom i form	Gitte, Lissie	tirsdag	10.30-11.30	GF1	
11.	Munter motion	Gitte, Lone	torsdag	10.00-11.00	GF1	
12.	Dans dig glad	Lone, Gitte	torsdag	11.00-12.00	GF1	
13.	Ryggymnastik M/K	Henriette	mandag	17.30-18.30	GF2	
14.	Cirke træning M/K	Marianne, Lars	mandag	17.40-18.55	BB	
15.	Stram op	Dorthe	tirsdag	16.45-17.45	GF2	
16.	Yoga (starter op uge 37)	Bente	tirsdag	19.15-20.15	GF2	
17.	Stolegymnastik M/K (Max 15 deltagere)	Ingrid	fredag	10.00-11.00	GF1	
<b>Springgymnastik og Parkour</b>						
18.	Springfiduserne – drenge 4-6 år	Tine, Luna, Mona, Kia	tirsdag	17.30-18.30	GF1	<b>Hold 18-24:</b> Simone 29 40 61 94
19.	Springpiger 6-7 år	Laura, Nicolai, Frederik, Tanja	onsdag	16.30-17.30	GF1	
20.	Springdrenge 7-9 år	Laura, Frederik, Nicolai	onsdag	17.30-18.30	GF1	
21.	Springpiger 8-9 år	Simone, Michelle, Christoffer, Nicolai	torsdag	18.00-19.00	GF1	
22.	Springmix 10-12 år	Christoffer, Simone, Nicolai	torsdag	19.00-20.30	GF1	
23.	Parkour 7-11 år	Nicolai, Rune	tirsdag	17.15-18.30	BB	
24.	Parkour 12 år+	Nicolai,	tirsdag	18.30-20.00	BB	
<b>Junior- og ungdomsmix</b>						
25.	Juniormix 13+ (Spring- og rytmegymnastik)	Anders, Anne	onsdag	19.00-21.00	GF1+2	<b>Hold 25-26:</b> Mette 23 66 69 41
26.	Ungdomsmix 16+	Anders, Emil, Melissa, Mathilde, Julie	søndag	18.30-20.30	BIC	
<b>Grandprix og æstetik</b>						
27.	Mikro årg. 2016-2018	Nana, Emilie, Elisa	onsdag	16.30-18.15	BO	<b>Hold 27-31:</b> Nadja 26 27 95 78
28.	Mini årg. 2015	Ida, Ellen, Yasmin	mandag	16.00-18.10	BO	
29.	Mini årg. 2012-2014	Nicoline, Nadja	mandag	16.30-18.30	BO	
			torsdag	17.30-20.00	BO	
30.	Pigerække årg. 2009-2011	Emilie, Catalina	torsdag	16.30-19.00	BO	
31.	Senior årg. 2007+	Nadja	mandag	18.30-21.00	BO	
	<b>Alle Grandprix hold</b>	<b>Ved behov søndag i tidsrummet</b>		<b>10.00-14.00</b>	<b>BO</b>	

Ret til ændringer forbeholdes!

Evt. oplysninger fås ved at rette henvendelse til de nævnte kontaktpersoner for holdene.

[www.sifgymnastik.dk](http://www.sifgymnastik.dk)

GF1 og GF2 = Gjesing Fritidscenter sal 1 og 2.  
 BB = Blåbjerggårdskolen, hallen  
 BO = Boldesager Skolen, hallen + sal  
 BIC = Bramming Idrætscenter



## GYMNASTIK

Tilmelding og betaling  
 uge 34 på  
[www.sifgymnastik.dk](http://www.sifgymnastik.dk)