

Gilleleje Gymnastikforening

Program for sæsonen 2023/2024

Start mandag d. 4. september 2023, Gilbjergskolen, Parkvej 101, Gilleleje



Mandag			
Gymnastiksalen			
1. Kl. 16.00 – 16.55	MINI FUNKY DANCE Dans og rytme for piger fra 5-7 år. Vi danser til musik som passer til aldersgruppen, feks MGP.	Pernille samt Melissa, Iben, Liv og Augusta	Kr. 800
2. Kl. 17.00 – 18.15	FUNKY DANCE Dans og rytme for piger fra 8-12 år. Vi danser til den musik, som pigerne hører og blander forskellige stilarter, feks showdans, rytmisk gymnastik, funk mv.	Pernille	Kr. 850
3. Kl. 18.30 – 19.45	MANDAGSMOTION Motionsgymnastik. Alle muskler bliver brugt. Alle kan deltage. Holdet er for både mænd og kvinder.	Susanne	40 kr. pr. gang
Tirsdag			
Gymnastiksalen			
4. Kl. 16.30-17.30	SOMMERFUGLENE Gymnastik for børn i alderen 3-5 år med forældre.	Sabine samt Sophie og Madelaine	Kr. 800
Gymnastikhallen			
5. Kl. 19.00 – 20.00	RETRO FIT Få pulsen op til en masse god musik fra tidligere årtier. For alle aldre.	Sabine	Kr. 750
Onsdag			
Gymnastiksalen			
6. Kl. 16.00 – 17.00	JUMPING FITNESS Fra 15 år. Aerobic inspireret træning på en specialudviklet trampolin.	Josephine	Kr. 950
7. Kl. 17.00 – 18.00	JUMPING FITNESS Fra 15 år. Aerobic inspireret træning på en specialudviklet trampolin.	Josephine	Kr. 950
Torsdag			
Gymnastiksalen			
8. Kl. 16.15 – 17.00	LARVERNE Gymnastik for børn i alderen 1-3 år med forældre.	Emilie	Kr. 800
9. Kl. 17.05 – 18.00	SPILLOPPERNE Gymnastik for børn 5-6 år.	Helene og Sabine samt Celine, Melua, Matilde og Madelaine	Kr. 800
10. Kl. 18.10 – 19.05	Græshopperne Begynder spring for børn fra 6-8 år.	Helene og Sabine samt Celine	Kr. 800
11. Kl. 19.10 – 20.30	Kvindeholdet Rytisk gymnastik og dans for piger og kvinder fra 17 år.	Amanda og Emilie	Kr. 850
Gymnastikhallen			
12. Kl. 17.00 – 19.00	Teendace For piger fra 12-17 år. Sjov og udfordrende træning med dansen som det primære og der veksles mellem mange slags stilarter.	Anette	Kr. 950
Lørdag			
Gymnastiksalen			
13. Kl. 09.30 – 10.30	LOPPERNE Gymnastik og leg for børn fra 3-4 år.	Helene samt Melua	Kr. 800
14. Kl. 10.30 – 12.30	TUMLING Fri leg for alle aldre med forældre.	Helene	30 kr. pr. barn pr. gang.

Tilmelding: Gillelejegym.dk