

HASHØJ I.F.

IDRÆT

MOTION

SAMVÆR

Velkommen til gymnastiksæson 2019/2020

Mandag

Børne Mix 6-8 år
Mandag kl. 17.00 – 18.00
Opstart 9/9 2019



STRAM OP +15 år
Mandag kl. 18.00 – 19.00
Opstart 9/9 2019



Forældre/Barn 2-4 år
Mandag kl. 17.00 – 18.00
Opstart 9/9 2019



Tirsdag

Motorik 1, 3-7 år, kl. 17.00 – 18.00
Motorik 2, 8-16 år, kl. 18.00 – 19.00
Opstart 17/9 2019



Onsdag

Mave/Ryg/Stræk +15 år
Onsdag kl. 18.00 – 19.15



Yoga +15 år
Onsdag kl. 19.30 – 20.30

Yoga, hensyntagende +15 år
Onsdag.kl. 20.30 – 21.30

Opstart 11/9 2019

Seje Drengene 9-13 år
Onsdag kl. 17.00 – 18.00
Opstart 11/9 2019



Flying Super Parents & Teens
Onsdag.kl. 19.30 – 21.30
Opstart 11/9 2019



Torsdag

Turbo Mix 4-6 år
Torsdag kl. 16.30 – 17.30
Opstart 12/9 2019

GIRLS 9-15 år
Torsdag kl. 18.00 – 19.30
Opstart 12/9 2019

Funktionel Træning +15 år
Torsdag kl. 18.30 – 20.00
Opstart 12/9 2019

Kom frisk – vi ses i Hashøj IF