

# 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



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

Yoga +15 år

Onsdag kl. 19.30 – 20.30

Mave/Ryg/Stræk +15 år

Onsdag kl. 18.00 – 19.15



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