



GYMNASTIKFORENINGEN 94

En levende forening med plads til alle

VOKSENHOLD

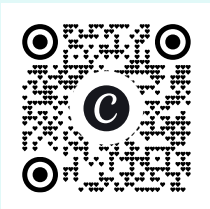
NR	HOLD	Tidspunkt	Sted	Instruktører	Pris	Opstart
MANDAG						
101	Motions Fitness	16.00-17.00	Kirstinebjergshallen Havepladsvej 175	Mona	525	31/8
102	Stive Gamle Mænd (Yoga)	17.00-18.00	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 Gymnastiksalen	Karina W.	525	31/8
103	Yoga for alle	18.15 - 19.15	Kirstinebjergskolen Indre Ringvej 175 Gymnastiksalen	Karina W.	525	31/8
104	Cirkeltræning & Styrke	19.00-20.00	Ullerup Bæk Skolen Skjoldborgsvej 25 Drengesalen	Helle	525	14/9
TIRSDAG						
105	Jumping Fitness - begynder *2	17.30 - 18.15	Kirstinebjergskolen Indre Ringvej 175 Gymnastiksalen	Dorthe	0	25/8
106	Jumping Fitness & Fusion (maks. 17)	18.30-19.30	Kirstinebjergskolen Indre Ringvej 175 Gymnastiksalen	Dorthe	525	1/9
107	Bungee Fitness (maks. 10) *1	19.00-20.00	Fredericia Idrætscenter, Vestre Ringvej 100 Ficness sal 1	Karina P.	450	1/9
108	MaxQ 25+ G94 &BPI & HGF	19.00-20.45	Bredstrup- Pjedstedhallen Agade 70	Trine Maria	750	1/9
109	Funktionel Fitness	19.30-20.30	Ullerup Bæk Skolen Skjoldborgsvej 25 Pigesalen	Marie, Camilla, Rikke & Line	525	1/9
ONSDAG						
110	Chakra Yoga (maks. 12)	16.15-17.15	Sundhedshuset Dronningensgade 97 Den lille sal	Susanne	525	2/9
111	Kvinder i Bevægelse	16.30-17.30	Kirstinebjergskolen Indre Ringvej 175 Gymnastiksalen	Helle & Mona	525	2/9
112	Cirkeltræning og Puls *1	17.30-18.30	Kirstinebjergskolen Havepladsvej 175 Pigesalen	Gritt	250	9/9
113	Yoga (maks. 30)	17.30-18.30	Sundhedshuset, Dronningensgade 97 Gymnastiksalen	Paul & Susanne	525	2/9
114	Jumping Fitness (maks. 17)	18.00-19.00	Kirstinebjergskolen Indre Ringvej 175 Gymnastiksalen	Karina P.	525	2/9
115	Dans dig Glad *1	18.30-19.30	Kirstinebjergskolen Havepladsvej 175 Pigesalen	Gritt	250	9/9
116	Glad Motion & Styrke	19.00-20.30	Ullerup Bæk Skolen Skjoldborgsvej 25 Drengesalen	Helle	525	16/9
TORSDAG						
117	Bungee Fitness (maks. 10) *1	19.00-20.00	Fredericia Idrætscenter Vestre Ringvej 100 Ficness sal 1	Karina P	450	3/9

*1 Holdet træner til og med uge 51. Holdet starter forventeligt op igen i januar.

*2 Holdet træner 25/8, 1/9 og 8/9 -for begyndere, hvor man lærer grundtrinnene i Jumping Fitness

TILMELDING OG
HOLDBESKRIVELSER

WWW.G94.DK



VED SPØRGSMAŁ
KONTAKT:

KARINA PETERSEN
6075 2461
IKNP@LIVE.DK

JAN NIELSEN
24 43 41 22
HEJJAN@OUTLOOK.DK

HUSK! NÅR DET DYRESTE
KONTINGENT ER BETALT,
KAN DU GÅ PÅ ALLE DE
HOLD DU VIL UDEN
MERBETALING.