

Sommerprogram 2022

Uge
14-25

Nr.	Hold	Tid	Sted	Instruktører	Startdato	Pris
Børnehold 0-5 år						
Mandag						
201	3-5 år - Tons, Sjøv & Leg *1	16.30 - 17.20	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Jan, Fie, Freya H., Freja N., Liva P., Rosel, Mette, Leonie, Julie	4. april	125 kr.
Tirsdag						
202	ca. 1-3 år - Forældre/Barn (maks. 20)	16.30 - 17.30	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Bjørk, Nova	5. april	125 kr.
Torsdag						
203	3-5 år - Tons, Sjøv & Leg	16.30 - 17.20	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Pigesalen	Jan, Senem, Alia, Nicoline J., Malak, Karen, Natascha, Emmaly	7. april	125 kr.
Kidsvolley						
Torsdag						
204	ca. 1.-2. kl. - Kidsvolley	17.00 - 18.00	Ullerup Bæk Skolen afd. Nørre Allé 5 - Gymnastiksalen	Majbritt	7. april	125 kr.
Rytmehold						
Torsdag						
205	0.-3. kl. - Rytme piger	17.00 - 18.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Mathilde	7. april	125 kr.
Springhold						
Mandag						
206	0.-2. kl. - Springmixet *1	17.30 - 18.30	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Jan, Fie, Bernadette, Karina P., Freya H., Patricia, Sabine, Lukas	4. april	125 kr.
207	3.-6. kl. - Spring/Rytme *1	18.40 - 20.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Karina P., Jan, Fie, Bernadette, Pia	4. april	125 kr.
Tirsdag						
208	5-8 år - Spring, Sjøv & Leg	16.30 - 17.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Troels, Jan, Khorshid, Nicoline L., Senem, Andrea	5. april	125 kr.
209	5-8 år - Spring, Sjøv & Leg *2	17.00 - 18.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Fie, Ronja, Loa, Signe med flere	5. april	125 kr.
210	2.-4. kl. - Springmixet	17.45 - 19.00	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jan, Troels, Casper med flere	5. april	125 kr.
211	4.-8. kl. - Springmixet	19.10 - 20.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jan, Troels, Casper	5. april	125 kr.
Onsdag						
212	2.-4. kl. - Onsdagsspringmixet	17.00 - 18.10	Gymnasiet - Nørrebrogade 88 (uge 14-19) Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175 (uge 20-25)	Jan, Sofie V., Troels, Casper, Ronni, Bernadette, Isabel, Viktoria, Anna	6. april	125 kr.
213	4.-6. kl. - Onsdagsspringmixet	18.20 - 19.30	Gymnasiet - Nørrebrogade 88 (uge 14-19) Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175 (uge 20-25)	Jan, Sofie V., Troels, Casper, Bernadette, Isabel, Viktoria, Anna	6. april	125 kr.
214	6. kl. og op - Onsdagsspringmixet	19.40 - 21.00	Gymnasiet - Nørrebrogade 88 (uge 14-19) Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175 (uge 20-25)	Sofie V., Jan, Casper	6. april	125 kr.
Torsdag						
215	0.-2. kl. - Springmixet	17.30 - 18.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jan, Senem, Sisse, Nicoline J., Alia, Malak, Helle	7. april	125 kr.
Fredag						
216	1.-3. kl. - Springmixet EKSTRA *3	16.45 - 17.45	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Jan, Fie, Casper, Thea	8. april	125 kr.
217	8-16 år - Drengeholdet *4	17.50 - 19.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Jan, Fie, Casper	8. april	125 kr.
Voksenhold						
Mandag						
218	Træning i naturen	17.00 - 18.00	Sundhedshusets parkeringsplads	Mona	4. april	200 kr.
Tirsdag						
219	Hatha Yoga (maks. 30)*5	18.00 - 19.00	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Karina W.	5. april	200 kr.
220	Jumping Fitness (maks. 17)	19.15 - 20.15	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Dorthe	5. april	200 kr.
221	Outdoor Fitness	19.30 - 20.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Skolegården	Marie, Line, Camilla	19. april	200 kr.
Onsdag						
222	Træning i naturen	17.00 - 18.00	Sundhedshusets parkeringsplads	Mona	6. april	200 kr.
223	Jumping Fitness (maks. 17)	18.15 - 19.15	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Susan	6. april	200 kr.
224	Gåhold	fra kl. 18.45	Med start fra parkeringspladsen overfor brandstationen	Helle	6. april	0 kr.

*1 Træner også mandag den 11/4, som er første mandag i påskeferien. I uge 18 og 19 flyttes træningen til Gymnasiet - Nørrebrogade 88 pga. terminsprøver i Kirstinebjergshallen.

*2 I uge 18 og 19 flyttes træningen til Gymnasiet - Nørrebrogade 88 pga. terminsprøver i Kirstinebjergshallen.

*3 Holdet er for dem som gerne vil træne en ekstra gang om ugen. Bemærk at du som minimum skal kunne lave en araberflik med begrænset hjælp. I uge 17 og 18 flyttes træningen til Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen pga. terminsprøver i Kirstinebjergshallen.

*4 I uge 17 og 18 flyttes træningen til Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen pga. terminsprøver i Kirstinebjergshallen.

*5 Træner i uge 14, 15, 17, 18, 20, 21, 23 og 24. I uge 22 deltager dem der har lyst til Alt for Damernes Kvindeløb den 31/5, hvor vi mødes og hygger sammen på pladsen. Du skal selv tilmelde dig løbet.

Bemærk:

Du har to gratis prøvegange inden du skal tilmelde dig.

Der er ingen træning i skoleferier og på helligdage, medmindre andet fremgår i programmet.

For spørgsmål, kontakt:

Næstformand Jan Nielsen på tlf.: 24 43 41 22 eller mail: heijan@outlook.dk

Husk!

Når det dyreste kontingent er betalt, kan du gå på alle de hold du vil uden merbetaling.

