

Børne-/Ungeprogram 2022/2023

Uge
36-13

Nr.	Hold	Tid	Sted	Instruktører	Startdato	Pris
Børnehold 0-6 år						
Mandag						
1	ca. 1-3 år - Forældre/Barn (maks. 25)	16.30 - 17.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jannie, Jens	5. sep.	360 kr.
2	3-5 år - Tons, Sjøv & Leg (holdet er fyldt)	16.30 - 17.30	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Hallen	Tanja, Mette, Liva, Freja N., Ida, Rosel, Mille, Vigge	12. sep.	360 kr.
Tirsdag						
3	ca. 1-3 år - Forældre/Barn (holdet er fyldt)	16.30 - 17.30	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Bjørk, Nikoline	6. sep.	360 kr.
4	3-5 år - Tons, Sjøv & Leg	17.00 - 18.00	Gymnasiet - Nørrebrogade 88	Sofie L., Freja N., Leonie, Anastacia, Ella	6. sep.	360 kr.
Torsdag						
5	3-5 år - Tons, Sjøv & Leg (holdet er fyldt)	16.30 - 17.20	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Pigesalen	Jan, Loa, Andrea, Karen, Senem, Nicoline, Lærke E.	8. sep.	360 kr.
Fredag						
6	ca. 1-4 år - Far/Barn (forbudt for mor)	15.30 - 16.30	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Steffen, Kevin	9. sep.	360 kr.
8	3-6 år - Motorik, Dans & Sjøv (maks. 20)	16.00 - 17.00	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Pigesalen	Maya, Rene	9. sep.	360 kr.
Multihold						
Onsdag						
9	6-12 år - Multiholdet	16.45 - 17.45	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Helle, Thais G., Lotte	21. sep.	360 kr.
Torsdag						
10	12 år -> - Multiholdet	17.15 - 18.15	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Helle, Loa, Lykke, Rikke	22. sep.	360 kr.

Kidsvolley

Torsdag

11	1.-4. kl. - Kidsvolley	17.00 - 18.00	Ullerup Bæk Skolen afd. Nørre Allé 5 - Gymnastiksalen	Majbritt	3. nov.	300 kr.
----	------------------------	---------------	---	----------	---------	---------

Rytme- & Dancehold

Mandag

12	0.-3. kl. - Let's Dance - MGP (Gymdance)	16.30 - 17.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Pigesalen	Gitte, Malou, Marie O., Tina	5. sep.	360 kr.
----	--	---------------	---	------------------------------	---------	---------

Onsdag

13	12 år -> - Moves *1	16.15 - 17.45	Kirstinebjergskolen afd. Havepladsvej 175 - Pigesalen	Maja, Lærke G., Freja, Mathilde	17. aug.	950 kr.
----	---------------------	---------------	---	---------------------------------	----------	---------

Torsdag

15	0.-3. kl. - Let's Dance - MGP (Gymdance)	16.30 - 17.30	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Hallen	Gitte, Tina, Malou, Camilla S., Victoria H., Jasmin	8. sep.	360 kr.
----	--	---------------	---	---	---------	---------

16	3.-6. kl. - Let's Dance (Gymdance)	17.45 - 18.45	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Hallen	Gitte, Camilla S.	8. sep.	360 kr.
----	------------------------------------	---------------	---	-------------------	---------	---------

17	7. kl. -> - Let's Dance (Gymdance)	17.45 - 19.15	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Hallen	Gitte	8. sep.	360 kr.
----	------------------------------------	---------------	---	-------	---------	---------

Springhold

Mandag

18	0.-2. kl. - Springmixet	17.00 - 18.15	Gymnasiet - Nørrebrogade 88	Jan, Fie, Freya H., Jennie, Lukas, Patricia, Sabine	5. sep.	360 kr.
----	-------------------------	---------------	-----------------------------	---	---------	---------

19	3.-5. kl. - Spring/Rytme	18.30 - 19.45	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Karina P., Steffen, Fie, Pia, Jan	22. aug.	360 kr.
----	--------------------------	---------------	---	-----------------------------------	----------	---------

20	6. kl. -> - Spring/Rytme	19.45 - 21.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Karina P., Fie, Jan, Lauge, Søren	22. aug.	360 kr.
----	--------------------------	---------------	---	-----------------------------------	----------	---------

Tirsdag

21	0.-2. kl. - Springmixet	16.45 - 17.55	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jan, Casper, Cecilie, Khorshid, Lukas, Senem	6. sep.	360 kr.
----	-------------------------	---------------	---	--	---------	---------

22	5-8 år - Spring, Sjøv & Leg (holdet er fyldt)	17.00 - 18.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Fie, Loa, Witus, Viktoria L., Jennie, Naya, Anne	6. sep.	360 kr.
----	---	---------------	---	--	---------	---------

23	2.-4. kl. - Springmixet	18.00 - 19.10	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jan, Casper, Lukas, Thea, Vige	6. sep.	360 kr.
----	-------------------------	---------------	---	--------------------------------	---------	---------

24	8-12 år - Drengeholdet	18.10 - 19.15	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Fie, Loa, Viktoria L.	6. sep.	360 kr.
----	------------------------	---------------	---	-----------------------	---------	---------

25	4.-8. kl. - Tirsdagspringerne	19.15 - 20.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Jan, Casper	6. sep.	360 kr.
----	-------------------------------	---------------	---	-------------	---------	---------

Onsdag

26	2.-4. kl. - Springmixet	17.00 - 18.10	Gymnasiet - Nørrebrogade 88	Jan, Sofie V., Troels, Anna, Viktoria L., Stephan, Jeppe, Ronni, Markus	7. sep.	360 kr.
----	-------------------------	---------------	-----------------------------	---	---------	---------

27	4.-8. kl. - Onsdagspringerne	18.20 - 19.30	Gymnasiet - Nørrebrogade 88	Jan, Sofie V., Viktoria L., Ronni, Troels, Anna, Stephan	7. sep.	360 kr.
----	------------------------------	---------------	-----------------------------	--	---------	---------

28	6. kl. -> - Onsdagsspringerne *2	19.15 - 21.00	Gymnasiet - Nørrebrogade 88	Sofie V., Jan, Casper, Anna	7. sep.	360 kr.
Torsdag						
29	5-8 år - Spring, Sjov & Leg (maks. 30)	17.30 - 18.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Pigesalen	Jan, Alia, Andrea, Malak, Malene, Senem	8. sep.	360 kr.
Fredag						
30	2.-4. kl. - Springmixet	16.30 - 17.40	Kirstinebjerghallen - Havepladsvej 175	Jan, Casper, Jacob, Fie, Viktoria L., Stine, Simon	9. sep.	360 kr.
31	5. kl. -> - Fredagsspring *3	17.50 - 19.00	Kirstinebjerghallen - Havepladsvej 175	Jan, Bo, Casper, Fie, Jacob	9. sep.	360 kr.
Lørdag						
32	5-10 år - Weekendspring, Sjov & Leg (KUN lige uger)	09.00 - 10.30	Kirstinebjerghallen - Havepladsvej 175	Jan, Loa, Lukas, Victoria V.	10. sep.	180 kr.
33	5-10 år - Weekendspring, Sjov & Leg (KUN ulige uger)	09.00 - 10.30	Kirstinebjerghallen - Havepladsvej 175	Jan, Loa, Lukas, Victoria V.	17. sep.	180 kr.
Udtaget springhold						
Onsdag						
34	8-13 år - SpringTeam II *1	16.15 - 17.45	Kirstinebjerghallen - Havepladsvej 175	Bo, Leyla, Casper, Peter, Lærke G., Maja, Mathilde, Freja, Thais R., Jacob, Mads	17. aug.	950 kr.
35	14 år -> - SpringTeam I *1	17.45 - 19.15	Kirstinebjerghallen - Havepladsvej 175	Bo, Leyla, Casper, Peter, Mads, Lærke G., Maja, Mathilde, Freja, Adrian, Søren, Lauge	17. aug.	950 kr.

*1 Det er **ikke** muligt at prøve holdet uden forudgående aftale med trænerteamet - Bo 2693 1058. Kontingentet er inkl. opvisningstøj.

*2 Det er **ikke** muligt at prøve holdet uden forudgående aftale med trænerteamet - Jan 2443 4122.

*3 Holdet er et ekstra springtilbud for alle springere, som går på et eller flere springhold om ugen. Holdet er ikke et opvisningshold.

Voksenprogram 2022/2023

Uge
36-13

Nr.	Hold	Tid	Sted	Instruktør(er)	Startdato	Pris
Mandag						
101	Kvinder i Bevægelse	16.00 - 17.00	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Mona	5. sep.	250 kr.
102	Jumping Fitness (maks. 17)	17.30 - 18.30	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Henriette	19. sep.	250 kr.
103	Cirkeltræning & Styrke	19.00 - 20.00	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Helle	19. sep.	250 kr.
Tirsdag						
104	Hatha Yoga (maks. 30)	18.00 - 19.00	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Karina W.	6. sep.	250 kr.
105	MaxQ 25+ *1 (i samarbejde med Hedensted GF & BPI)	19.00 - 20.45	Bredstrup-Pjedstedhallen - Ågade 70	Trine Maria	6. sep.	850 kr.
106	Jumping Fitness (maks. 17)	19.15 - 20.15	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Dorthe	6. sep.	250 kr.
107	Funktionel Fitness	19.30 - 20.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Pigesalen	Marie S., Line, Rikke G.	6. sep.	250 kr.
119	Bungee Fitness (maks. 8)	20.15 - 21.15	Fredericia Idrætscenter - Ficness Sal 2	Karina P.	3. jan.	350 kr.
Onsdag						
109	Kvinder i Bevægelse	16.30 - 17.30	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Mona	7. sep.	250 kr.
110	Herreyoga	17.45 - 18.45	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Paul	7. sep.	350 kr.
111	Jumping Fitness (maks. 17)	18.45 - 19.45	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Susan	7. sep.	250 kr.
112	Motion, Styrke, Mave, Balle, Lår	19.00 - 20.30	Ullerup Bæk Skolen afd. Skjoldborgsvej 25 - Drengesalen	Helle	21. sep.	250 kr.
120	Bungee Fitness (maks. 8)	20.00 - 21.00	Fredericia Idrætscenter - Ficness Sal 2	Karina P.	4. jan.	350 kr.
Torsdag						
114	Hatha Yoga (maks. 30)	18.00 - 19.00	Kirstinebjergskolen afd. Indre Ringvej 175 - Gymnastiksalen	Karina W.	8. sep.	250 kr.
121	Feminin Flow	19.30 - 20.30	Kirstinebjergshallen - Havepladsvej 175	Karina P.	5. jan.	250 kr.

*1 En del af opvisningstøjet er med i kontingentets pris.

Bemærk:

Du kan gratis prøve alle vores hold 2 gange inden du tilmelder dig, dog undt fyldte hold.

For spørgsmål, kontakt:

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

Bestyrelsesmedlem Karina Petersen på tlf.: 6075 2461 eller på mail: iknp@live.dk

Tilmelding og holdbeskrivelser på www.g94.dk

Husk!

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

