

Program for sommergymnastik 2025**i Hornbæk IF's Gymnastikafdeling**

Hornbæk idrætsforenings gymnastikafdeling har åbent for sommer tilmelding **Tirsdag den 1. april**

Læs mere om de enkelte hold på **HIFGYM.dk**: Holdtilmelding, hvor du også skal tilmelde dig.

OBS.: Ret til ændringer forbeholdes. Deltagerbegrænsning på alle hold.

NR.	HOLD-NAVN	DAG	Tid	STED	INSTRUKTØR	Pris
S48	Sommer Yolates for ALLE <i>er en fusion mellem yoga, pilates tilsat rytmisk musik</i>	Mandag	09.00-10.00	Multisalen/Hallen	Stine Josefine Dige	350,-
S42	Smidighed og Styrke <i>for mænd og kvinder</i>	Mandag	17.00-18.30	Multisalen/Hallen	Anne Tvilling Jensen	225,-
S24	Sommer Dance it <i>dans for voksne kvinder</i>	Mandag	18.40-19.30	Multisalen/Hallen	Christina Ziegler	325,-
S46	Lær at meditere for ALLE <i>i hele juli måned</i>	Tirsdag	08.30-09.00	Østre Stejle Plads	Stine Josefine Dige	50,- MP: pr gang
S60	Stolegymnastik M/K <i>for dig som har nedsat mobilitet</i>	Tirsdag	09.45-10.45	Multisalen/Hallen	Britt Wilhelmsen	150,-
S07	Sommerspring for Ministjerne <i>for drenge og piger fra 5 år</i>	Tirsdag	16.30-18.00	Store sal/Skolen	Laura S. Hyldvang	350,-
S15	Sommer spring for Springstjerner <i>for drenge og piger 7-12 år</i>	Tirsdag	16.30-18.00	Store sal/Skolen	Anne Harboe og Amalie Kristensen	400,-
S08	Sommer Motion & styrke <i>for mænd og kvinder</i>	Onsdag	09.15-10.15	Hornbæk Hallen	Helle Thygesen	275,-
S45	Sommer morgen Yoga <i>for mænd og kvinder</i>	Torsdag	09.00-10.30	Multisalen/Hallen	Stine Josefine Dige	450,-
S47	Sommer "Stole Yoga" <i>for mænd og kvinder</i>	Torsdag	11.00-12.00	Multisalen/Hallen	Stine Josefine Dige	350,-
S05	Micro-Lopper <i>for 1,5 til 3,5 årige børn m/forældre</i>	Søndag	09.30-10.20	gl. sal på Skolen	Allan K. Pandorff	250,-
S06	Mini-Lopper <i>for 3 til 5 årige m/forældre</i>	Søndag	10.45-11.45	gl. sal på Skolen	Allan K. Pandorff	250,-