



Hornbæk IF's sommergymnastik program 2026 **Sommer** sæsonen starter i uge 18 og slutter uge 26

Tilmelding er åbent fra **onsdag den 1. april**

Læs mere om de enkelte hold på: <https://hifgym.dk>

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

BØRNE HOLD	DAG	Tid	STED	INSTRUKTØR	PRIS
Sommer Lopper 1,5 til 6 årige med voksne	Lørdag	10.00-12.00	Store sal/Skolen	Allan K. Pandorff	250
Sommerspring For drenge og piger 6 - 13 år	Tirsdag	16.30-18.00	Store sal/Skolen	Laura S. Hyldvang Ellen Riemer Amalie Kristensen	400
VOKSEN HOLD	DAG	Tid	STED	INSTRUKTØR	PRIS
Smidighed og Styrke for mænd og kvinder	Mandag	17.00-18.30	Multisalen/Hallen	Anne Tvilling Jensen	325
Sommer Dance IT dans for mænd og kvinder	Mandag	18.40-19.30	Multisalen/Hallen	Christina Ziegler	325
Sommer Hatha Yoga for alle	Tirsdag	09.00-10.30	Klubhus/Hallen	Stine Josefine Dige	450
Sommer stolegymnastik M/K med nedsat mobilitet	Tirsdag	10.00-11.00	Multisalen/Hallen	Britt Wilhelmsen	150
Sommer motion & styrke for mænd og kvinder	Onsdag	09.30-10.30	Hornbæk Hallen	Helle Thygesen	275
Sommer Pilates for mænd og kvinder	Torsdag	17.00-18.00	Multisalen/Hallen	Vinnie Wedell Seerup	325