

Program for gymnastiksæson 2024-2025 i Hornbæk IF's Gymnastikafdeling

Læs mere om holdene og tilmeld dig på: www.hifgym.dk.

Sæsonstart for alle børne- og ungdomshold uge 34. Sæsonstart for alle voksenhold uge 36.

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

NR.	HOLD-NAVN	DAG	Tid	STED	INSTRUKTØR
42	Smidighed og styrke <i>For mænd og kvinder</i>	Mandag	17.00-18.30	Multisalen/Hallen	Anne Tvilling Jensen
24	Dance It <i>for voksne kvinder</i>	Mandag	18.40-19.30	Multisalen/Hallen	Christina Ziegler
60	Stolegymnastik <i>For mænd og kvinder 60+ med nedsat mobilitet</i>	Tirsdag	09.45-10.45	Hornbæk Hallens Klubhus	Kristina Anderson
44	Formiddags Yoga <i>For mænd og kvinder</i>	Tirsdag	10.00-11.30	Multisalen/Hallen	Stine Josephine Dige
07	Ministjerner <i>Nybegyndere. Spring og rytme. For drenge og piger fra 5 år</i>	Tirsdag	16.30-18.00	Tumlesal/skolen	Laura S. Hyldvang Ellen R. Nielsen Majse Rasmussen
15	Springstjerner <i>Let øvede. Spring og rytme. For drenge og piger fra 7 til 12 år</i>	Tirsdag	16.30-18.00	Store sal/skolen	Anne Harboe Allan Klitgaard Pandorff Amalie Kristensen
8	Formiddags Motion og Styrke <i>For mænd og kvinder</i>	Onsdag	09.15-10.15	Hornbæk Hallen	Kristina Anderson
01	GymGirls <i>For piger fra 1. til 3. klasse</i>	Onsdag	16.30-17.30	Multisalen/Hallen	Scarlett Mai Genckel Petersen Julie Fejerskov Pedersen
02	Funky Divas <i>For piger fra 4. til 6. klasse</i>	Onsdag	17.45-18.45	Multisalen/Hallen	Scarlett Mai Genckel Petersen
03	Allround Dance Team <i>For piger fra 7. klasse og opefter</i>	Onsdag	19.00-20.00	Multisalen/Hallen	Sofie Mai Søberg
45	Formiddags Yoga <i>For mænd og kvinder</i>	Torsdag	10.00-11.30	Multisalen/Hallen	Stine Josephine Dige
04	Torsdags-Lopperne <i>For piger og drenge fra 4 til 6 år</i>	Torsdag	16.30-17.30	Gamle sal/skolen	Jeannette Borg Majse Rasmussen
50	Pilates <i>For mænd og kvinder</i>	Torsdag	18.30-19.30	Multisalen/Hallen	Kristina Anderson
9	Hold kroppen på toppen <i>Formiddags motion for mænd og kvinder</i>	Fredag	09.45-10.45	Hornbæk Hallen	Pernille Kaslov
05	Micro-Lopper <i>For 1,5 til 3,5 årige børn med deres voksne</i>	Søndag	09.30-10.20	Gamle sal/skolen	Allan Klitgaard Pandorff
06	Mini-Lopper <i>For 3 til 5 årige børn med deres voksne</i>	Søndag	10.45-11.45	Gamle sal/skolen	Allan Klitgaard Pandorff
819	Formiddags MOTION onsdag og fredag <i>Motion og Styrke/Holdkroppen på toppen For mænd og kvinder</i>	Onsdag Fredag	09.15-10.15 09.45-10.45	Hornbæk Hallen	Kristina Anderson Pernille Kaslov
41	Gang/Stavgang <i>For mænd og kvinder</i>	Mandag og Torsdag	Mødetid kl. 09.00	Ved Hornbæk Hallen	Annette Lund Poulsen og Karin Christensen

OBS. Prøvetimer gives kun efter aftale, og hvis der er plads på holdet.



Pris
1.000
800
200
1.150
950
950
650
700
700
700
1.150
700
850
650
700
700
975
175