



# EGIF GYMNASTIK - PROGRAM 2023-24

sæsonstart mandag d. 4/9 2023

Læs mere og tilmelding på [www.egif-gymnastik.dk](http://www.egif-gymnastik.dk)

Ret til ændringer forbeholdes



## Højmosen

Mandag	Holdnr	Holdnavn	Instruktører	Hjælpeinstruktører
16.00-17.00	1301	Forældre/barn 1-4 år (max 35)	Karna	Rie, Alberte S., Celina, Kaya B.,
<b>Tirsdag</b>				
16.30-17.30	1302	Pigefræs (max 30) Springpiger 4-5 år	Benedikte	Julie, Bella, Karen,
19.00-20.00	1303	Herreholdet	Arne	
20.00-21.30	1304	Karleholdet	Jan	Lars V.
<b>Onsdag</b>				
17.00-18.00	1305	Mikro-Mix (max 45) Drenge og piger 5 år - 1. kl	Alberte R. / Cecilie B.	Anja, Sheila, Gustav, Heidi S.,
18.00-19.15	1306	Mini-Mix *) Piger og drenge 2.-3. kl	Cecilie B. / Alberte R.	Heidi S., Jessica, Clara, Gustav, Alberte R., Sheila
<b>Torsdag</b>				
17.00-18.00	1307	Turbolopper (max 40) Drenge og piger 3-4 år	Marianne	Tinni, Maja, Kaya E., Cecilie S.,
<b>Søndag</b>				
10.00-11.00	1308	Forældre/barn 1-3 år (max 65)	Karna	Mikkel H., Alberte S., Kaya B., Celina

## Kirstinebjerghallen, Havepladsvej

Mandag	Holdnr	Holdnavn	Instruktører	Hjælpeinstruktører
17.00-18.30	1309	Mega-Mix (samarbejde med BPI) Spring drenge og piger fra 3.kl.	Noah/Bertil	Henrik A.,Grith,Kasper,Cecilie H.

OBS!!! Se holdbeskrivelser og evt. ændringer i programmet på [www.egif-gymnastik.dk](http://www.egif-gymnastik.dk)

\*) = Evt.ekstra omkostninger ud over kontingent.

Børnehold	375 kr.
Mini-Mix	475 kr.
Mega-Mix	750 kr. (inkl. dragt)
Voksenhold 1 time	475 kr.
Voksenhold 1,5 time	525 kr.
Floorball	525 kr.

## Erritsø Idrætscenter Hal 2

Mandag	Holdnr.	Holdnavn	Instruktører	Hjælpeinstruktører
9.35-10.35	1310	Damer	Inger	
<b>Onsdag</b>				
19.00-20.00	1311	Spændstige Damer 40+	Lotte R.	
<b>Torsdag</b>				
20.00-21.30	1312	Floorball fra 17 år	Thomas	

## Erritsø Idrætscenter Hal 3

Mandag	Holdnr.	Holdnavn	Instruktører	Hjælpeinstruktører
16.30-17.30	1313	Rytmetøser *) 0.-2.kl max 30	Anna / Marie P.	Silke, Naja
17.30-18.30	1314	Powergirls *) 3.-6.kl	Anna / Marie P.	
18.30-19.30	1315	Line Dance Begynder	Mette V./ Annette	
19.30-21.00	1316	Line Dance - Hyggeholdet	Mette V./ Annette	
<b>Tirsdag</b>				
18.00-19.00	1317	Yoga (max 28)	Magdalena	
19.00-20.00	1318	Fællesholdet	Gytha / Poul Jakob	
<b>Onsdag</b>				
16.30-18.00	1319	Fusions gymnastik	Mette B.	
18.00-19.00	1320	Yoga (max 28)	Lene	
19.00-20.00	1321	Mande Yoga (max 28)	Lene	
<b>Torsdag</b>				
16.00-17.00	1322	Yoga (max 20)	Lotte N.	
17.00-18.00	1323	Pilates (max 20)	Lotte N.	
19.00-20.00	1324	Svedbanken	Lars J.	

OBS!!! Se holdbeskrivelser og evt. ændringer i programmet på [www.egif-gymnastik.dk](http://www.egif-gymnastik.dk)

\*) = Evt.ekstra omkostninger ud over kontingent.