



Gymnastik & Fitness i Sparkær IF 2024/2025

Mandag:

	Hold	Tidspunkt	Træner/instruktør	Hvor	Sæson/pris
01	Jumping Mega STRONG Fra 14 år	Kl. 17.30-18.45	Anita	Sparkær Skole Gymnastiksalen	2/9 2024 - 24/3 2025 Pris: 800 kr.

Tirsdag:

02	Step og styrketræning m/k	Kl. 18.00-19.00	Winnie Andersen	Sparkær Skole Gymnastiksalen	3/9 2024 - 25/3 2025 Pris: 700 kr.
----	----------------------------------	-----------------	-----------------	------------------------------	---------------------------------------

Onsdag:

03	Rytme og begynderspring 6 - 10 år	Kl. 17.00-18.00	Laura Madsen	Sparkær Skole Gymnastiksalen	2/10 2024 - 26/3 2025 Pris: 450 kr.
04	Yoga	Kl. 19.15-20.15	Jeanette Kaptain	Klubhuset (Enrico Dalgas Vej 1)	28/8 2024 - 13/11 2024 (10 gange) Pris: 400 kr.

Torsdag:

05	Forældre-/barn	Kl. 16.30-17.30	Malene Wagner Lassen	Sparkær Skole Gymnastiksalen	3/10 2024 - 27/3 2025 Pris: 450 kr.
06	Jumping Fitness® Fra 13 år	Kl. 17.45-18.45	Anita	Sparkær Skole Gymnastiksalen	5/9 2024 - 27/3 2025 Pris 750 kr.

Åben for tilmelding fra lørdag den 10. august 2024. Tilmelding på sparkaerif.dk

Prøvegange i uge 35 og 36 for Yoga.

Prøvegange i uge 36 og 37 for Jumping MEGA STRONG, Step og styrketræning m/k og Jumping Fitness®.

Prøvegange i uge 40 og 41 for Forældre/barn-holdet og Rytme og begynderspring.

Du betaler, når du tilmelder dig vores hold, men har fortsat ret til 2 gratis prøvegange og får pengene tilbage, hvis du ikke vil fortsætte efter prøvegangene.

Gymnastikudvalget i Sparkær IF



Sparekassen
DANMARK