

AA.I.G Gymnastik 2021/2022

Sæsonen starter mandag den 6. september 2021

Puslinge 3-5 år			
Mandag	kl. 17.00-18.00	Agoraens karaterum (start i uge 37)	Stella*
Onsdag	kl. 17.00-18.00	Energiboksen på Kongehøjskolen	Madeline og Patricia

Familieholdet - læs mere på hjemmesiden www.aaig.dk/gymnastik			
Torsdag	kl. 17.00-18.00	Energiboksen på Kongehøjskolen	Trine, Eva og Maria

Børneyoga			
Onsdag	kl. 17.00-17.45	0.-2. klasse - kælderens i Arena Aabenraa	Linda

Team farmand			
Søndag	kl. 9.30-11.00	Hal 5 i Arena Aabenraa	Martin og Morten
Team Farmand er for fædre med børn i alderen 2-6 år. Se mere på hjemmesiden.			

Springgymnastik - træner i hal 5 i Arena Aabenraa. Der er max på antal deltagere på holdene			
Onsdag	kl. 16.30-18.00	Springmix 0.-4. klasse	Rikke, Mia og Anja
Onsdag	kl. 18.00-19.30	Springmix 5.-7. klasse	Brian

Rytmask gymnastik			
Mandag	kl. 16.30-18.00	Rytme piger (3.-6. klasse) - sal 5 i Arena Aabenraa	Lærke og Camilla
Mandag	kl. 18.00-19.30	Rytme piger junior (fra 7. kl.) - hal 5 i Arena Aabenraa	Ida og Liva

Voksen rytmask gymnastik med opvisning			
Tirsdag	kl. 18.30-20.30	Vi tøs vi ka' - Gymnasiehallen	Ulla og Tina

Cross Gym - begge hold træner i Agoraen - starter uge 33			
Mandag	kl. 19.00-20.15	CrossGym	Sandra
Onsdag	kl. 19.30-20.45	CrossGym	Ida

Jumping Fitness - i sal 1 i Arena Aabenraa			
Mandag	kl. 17.00-18.00	Medium	Renée
Mandag	kl. 19.00-20.00	Fortsætter	Louise
Torsdag	kl. 17.00-18.00	Begynder	Camilla

Yoga - i sal 5 i Arena - der er max på deltager antal			
Torsdag	kl. 19.00-20.30	Yoga	Titi
Fredag	kl. 17.00-18.30	Yin Yoga - start i uge 36 og træning frem til jul	Anja

Motionsgymnastik uden opvisning			
Mandag	kl. 9.00-10.00	Morgenfruerne - hal 5 i Arena Aabenraa	Dorthe
Mandag	kl. 14.30-15.25	M/K holdet - sal 5 i Arena Aabenraa	Jytte *
Mandag	kl. 15.30-16.30	Motionsherrer - hal 5 i Arena Aabenraa	Jytte *
Onsdag	kl. 10.00-11.00	Formiddagsdamer - sal 5 i Arena Aabenraa	Dorthe

Mandag	kl. 18.00-19.00	Bare dans - sal 1 i Arena Aabenraa	Jette
Onsdag	kl. 18.00-19.00	Bare dans - Agoraen	Jette
Onsdag	kl. 18.30-19.30	God form på 60 min - Agoraen	Solveig
Torsdag	kl. 19.30-20.30	Power, puls og rundsving - hal 5 i Arena Aabenraa	Jane og Jakob

Nogle hold kan have begrænset deltagerantal - se mere på hjemmesiden under holdbeskrivelsen.

Læs mere om holdene og tilmeld dig på vores hjemmeside www.aaig.dk/gymnastik



Kontakt til bestyrelsen - se hjemmesiden for flere oplysninger

Louise Bjerregaard
Sandra Heiberg Jensen

tlf. 5129 4784
tlf. 2880 8224

* Starter i uge 37