

Skærbæk Gymnastikforening

**Sæson 2023/2024
kom og vær med!**

Holdstart uge 36

En gratis prøvegang

**Se meget mere og tilmeld dig
på www.sportiskaerbaek.dk**



Hold	Dag	Tidspunkt	Sted
Tumlehold m. forældre	Onsdag	kl. 16.30 - 17.15	Birkealle drengesal + pigesal
Krudtugler u. forældre 3-5 år	Tirsdag	kl. 16.30 - 17.15	Birkealle' pigesal
Springfiduser 5-6 år	Tirsdag	kl. 16.15 - 17.15	Birkealle' drengesal
*Dance Girls 1.-3.kl	Mandag	kl. 17.00 - 18.00	Birkealle' pigesal
*Rytme piger 4.- 6. kl.	Torsdag	kl. 17.00 - 18.00	Birkealle' drengesal
Spring basis 1.- 6.kl	Onsdag	kl. 16.00 - 17.15	Skærbækcentret, Hal 1
**Spring Øvet	Onsdag	kl. 17.30 - 18.45	Skærbækcentret, Hal 1
*Junior rytme/spring 7. kl. til 9. kl.	Onsdag	kl. 19.00 - 20.00	Frifelt Idrætscenter
Step aerobic	Tirsdag	kl. 19.00 - 20.00	Birkealle' drengesal
Power	Torsdag	kl. 19.00 - 20.00	Birkealle' drengesal
Æ Herrehold	Onsdag	kl. 19.30 - 20.30	Birkealle' Pigesal
Hatha Yoga fra 16 år max 18 deltagere	Onsdag	kl. 19:00 - 20:15	Skærbækcentret Bevægelsesrum
Cross Gym	6 ugentlige træninger - se Facebook		Birkealle' drengesal
Bungee Fitness	Se sportiskaerbaek.dk - gymnastik		Skærbækcentret lilla lokale

*Dance Girls og Rytme piger starter i uge 37 *Juniorhold starter i uge 38

**Jeg kan selv lave salto, stå på hænder og godt på vej til at lave en flik flak

www.sportiskaerbaek.dk

For yderligere info
kontakt Marie Stamp på 20 74 60 88



skærbækcentret 
Storegade 46 · 6780 Skærbæk
www.skaerbaekcentret.dk