



Idrætsforeningen Frem Hellebæk

Gymnastik AFD.

Sæson 2017 / 2018



Hjemmesideadresse: www.ifh-gymnastik.dk

	Hold	Instruktør	Dag	Tid	Sted	Pris
1	MOTIONSDAMER 60+	Annett	mandag	9.00-9.50	Hallen	kr. 900
3	DYNAMISK BOLD, M/K	Vibeke	onsdag	9.30-10.20	Lille sal	kr. 900
4	ZUMBA®, M/K	Sophia	onsdag	19.00-19.50	Lille sal	kr. 900
5	EFFEKT/PILATES, M/K	Käthe	tirsdag	18.00-19.15	Lille sal	kr. 1100
8	MINI HIP HOP, børnehave (min. 3 år) 0. Kl. KUN PIGER	Frederikke	onsdag	16.00-16.50	Lille sal	kr. 800
9	JUNIOR HIP HOP, 1. 2. 3. 4. Kl. piger og drenge	Frederikke	onsdag	17.00-17.50	Lille sal	kr. 800
10	NEW STYLE HIP HOP, 5. 6. 7. 8. og 9. Kl. piger og drenge	Frederikke	onsdag	18.00-18.50	Lille sal	kr. 800
11	DYNAMISK BOLD, M/K	Vibeke	fredag	9.30-10.20	Lille sal	kr. 900
12	YOGA, M/K	Annett	mandag	16.30-17.45	Lille sal	kr. 1100
14	PULS & STYRKE, M/K	Anna	torsdag	16.30-17.45	Lille sal	kr. 1100

SÆSONSTART uge 36, 2017

SÆSONAFSLUTNING ultimo april, 2018

FERIER: uge 42, 51+52, 7 og påske.

Mandagshold træner 18. dec. Og mandag før påske

Søskenderabat kr. 100,- pr. efterfølgende barn

Tilmelding på startdagen eller på E-mail : ifh-gymnastik@stofanet.dk

Eventuelle spørgsmål til bestyrelsen : Vibeke Heiden 41168605, Karen Madsen 49709458,

Lis Korsgård 40206879, Kirsten Pedersen 49170725.

Ret til ændringer forbeholdes.

Konto nummer : reg. 0466 kontonr. 1820004073