



Vojens Gymnastik- og Idrætsforening



MASSER AF GOD TRÆNING INDTIL FORÅRET VI STARTER I UGE 38 - (Hvis ikke andet er nævnt)

FOR BØRN OG DERES FORÆLDRE

PYJAMASHOLDET MOR/FAR/BARN

Povlsbjergskolen **Tirsdag kl. 18.00-19.00**
Instruktør: Monica Christensen

LOPPER 1, 3-5 ÅR

Povlsbjergskolen **Torsdag kl. 16.00-16.45**
Instruktør: Dora Andersen

LOPPER 2, 3-5 ÅR

Povlsbjergskolen **Torsdag kl. 16.45-17.30**
Instruktør: Dora Andersen

ENGLEBØRN OG VILDBASSER, 5 ÅR-BH.KL.

Povlsbjergskolen **Torsdag kl. 17.00-18.00**
Instruktører: Jette Severinsen, Heidi Barasinski, Marie Skødt

1.-2. KL. PIGER OG DRENGE

Povlsbjergskolen **Onsdag kl. 16.30-18.00**
Instruktører: Cecilie H. Matthiesen, Elise Bossen

3.-4. KL. PIGER RYTME

Povlsbjergskolen **Tirsdag kl. 16.30-18.00**
Instruktør: Monica Christensen, Cecilie H. Matthiesen

3.-6. KL. DRENGE TRAMPOLIN OG SPRING

VGI Efterskole, springsal **Tirsdag kl. 18.00-19.30**
Instruktør: Hans Ole Carstens

5.-6. KL. PIGER 5.-6. KL.

Povlsbjergskolen **Tirsdag kl. 18.15-19.45**
Instruktører: Heidi Barasinski, Malene Ravn Holm, Ida Meiltoft

KIDSVOLLEY 1.-3. KL.

Bregnbjergskolens aula **Mandag kl. 18.00-19.15**
Instruktører: Søren Schultz, Britta Kjær (opstart uge 36)

KIDS- OG TEENVOLLEY 4.-9. KL.

Bregnbjergskolens aula **Onsdag kl. 17.30-19.00**
Instruktører: Lars Malle, Christian Schrøder (Opstart uge 36)

FOR UNGE

JUNIOR PIGER 7.-8. KL.

VGI Efterskole, spejlsalen **Onsdag kl. 18.00-19.30**
Instruktør: Feodora Wester, Cecilie Hahn, Nannette Gripenrog (opstart uge 37)

SPRING FOR SJOV

Povlsbjergskolen **Fredag kl. 18.00-21.00**
Instruktører: Heidi Barasinski, Siv Petersen

UNGE PIGER FRA 9. KL.

VGI Efterskole, spejlsalen **Mandag kl. 18.00-19.30**
Instruktør: Siv Petersen, Stine Franker Holm, Amalie Schultz Damkjær (opstart uge 37)

VØP VOJENS ØVEDE PIGER (MED UDTAGELSE)

VGI Efterskole, spejlsalen **Mandag kl. 19.30-21.30**
Instruktør: Line Knudsen m.fl. (opstart uge 37)

MEST FOR VOKSNE

STEP

Povlsbjergskolen **Torsdag kl. 19.00-20.30**
Instruktør: Dorte Fink Schultz (Opstart uge 37)

MÅLRETTEDE TRÆNING FOR KVINDER

Povlsbjergskolen **Onsdag kl. 18.00-19.00**
Instruktører: Marga Nissen

Æ MOTIONSKNEJTE

Povlsbjergskolen **Onsdag kl. 19.15-20.15**
Instruktør: Marga Nissen

PILATES FLAD MAVEN

Povlsbjergskolen **Mandag kl. 18.00-19.00**
Instruktør: Birte Nielsen

PULS OG STYRKE

Povlsbjergskolen **Mandag kl. 19.15-20.15**
Instruktør: Elsebeth Seidenfaden, Birte Nielsen

ZUMBA

VGI Efterskole, spejlsalen **Torsdag kl. 18.00-18.45**
Instruktør: Tina Nielsen, Rikke Wille (Opstart uge 37)

ZUMBA

VGI Efterskole, spejlsalen **Torsdag kl. 18.45-19.30**
Instruktører: Tina Nielsen, Rikke Wille (Opstart uge 37)

SJOV MED BOLD

Povlsbjergskolen, ny sal **Tirsdag kl. 20.00-21.15**
Instruktører: Britt Lindberg, Gitte Vinter

VOLLEY FOR VOKSNE

Bregnbjergskolen, Aulaen **Mandag kl. 19.30-21.30**
Instruktører: Elise Bossen, Robert Lotzkat. (opstart uge 36)



**TILMELD
DIG PÅ
vojensgymnastik.dk**

**LÆS MERE OM
DIT HOLD.**

**FÅ EN
GRATIS
PRØVETIME
FØR DU TILMELDER DIG**