

HOLD	TRÆNINGSTID	TRÆNINGSTED	INSTRUKTØR
FORÆLDRE/BARN HOLD			
Familiehold 1-2 år*	Tirsdag 17.00-17.45	MIC - Hallen	Gitte
Familiehold 3-4 år*	Tirsdag 17.45-18.30	MIC - Hallen	Gitte
BØRNEHOLD			
Rytme pigerne 0.-2. kl.	Torsdag 17.00-18.00	MIC - Annex	Heidi, Simone, Caroline og Sarah
Tøserne og gutterne til 0. kl.	Onsdag 17.00-18.00	MIC - Hallen	Rikke og Sofie
Mixspring 1.-2. kl.	Tirsdag 18.15-19.30	MIC - Annex og Hallen	Ida og Lene
Springbomberne 3.-5. kl.	Onsdag 18.00-19.15	MIC - Hallen	Bodil, Pernille og Stine
JUNIORHOLD			
Jump'n'dance 3. Kl-	Torsdag 18.30-19.30	MIC - Annex	Camilla
Juniorspring 6. kl. -	Onsdag 19.30-21.00	MIC - Hallen og Annex	Bodil og Mads
NØF Junior- /ynglingehold*	Mandag 19.00- 21.00	Kerteminde Efterskole	Line, Pernille, Peter, Jakob, Nicolai og Jan
VOKSENHOLD			
Herreholdet	Tirsdag 19.00-20.30	Gymnastiksalen Toften	Anker
Rytmiske kvinder*	Onsdag 18.30-20.00	Kerteminde Efterskole	Gitte
Stressfri yoga	Onsdag 16.45-19.00	MIC - Annex	Sussi
Zumba*	Torsdag 17.00-18.30	Festsalen - Lindøalléen	Anja

*Starter først i uge 36



Giv os et like på [facebook.com/munkebogf](https://www.facebook.com/munkebogf)

OBS!! Tøserne og gutterne er ét hold og de er rykket tilbage til hallen..

Har du spørgsmål eller bare nysgerrig kan du kontakte os på Info@munkebogf.dk



NYT NYT!!

Åben træning: alle kan komme og være med. Første gang d. 17/9 kl. 10.00
20 kr. pr. person



Munkebo
Gymnastikforening



LÆS MERE OM ALLE HOLDENE OG TILMELD DIG
ALLEREDE NU PÅ WWW.MUNKEBOGF.DK