

# Sæsonplan 2019/20

Gymnastikafdelingen i SSIF - alle gymnastikhold træner i Smidstrup-Skærup skoles gymnastiksal

Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag	
Tid	Holdnavn	Tid	Holdnavn	Tid	Holdnavn	Tid	Holdnavn
				8.30	<b>SENIORDAMER</b> Modne morgenfriske kvinder Else: 30323233		
				9.30			
		16.00	<b>JUST DANCE</b> 0.-2. klasse Anna, Karoline H., Cecilie Kontakt: Anne 23358920				
16.30	<b>MINIMIX</b> 4-5/6 år (børnehave) Kirsten B., Charlotte, Helene, Mathias, Silas Kontakt: Kirsten B. 28893225	16.45				16.45	<b>RYTMEPIGER</b> 6. kl og opefter Anna, Caroline K. Kontakt: Anne 23358920
17.30		17.00	<b>SUPER-GIRLS</b> 3.-5. klasse Anna, Sofie Kontakt: Anne 23358920	17.00	<b>VILDBASSERNE</b> 2-3 år sammen med mor/far Trine, Mette, Emilia Kontakt: Mette 40429974	17.45	
17.30	<b>SPRINGFRÆS</b> 0.-1. klasse Christina, Dennis, Kirsten B., Christian N., Tilde, Caroline H. Kontakt: Christina: 61163264	17.45		17.45		17.45	
18.30		18.00	<b>DANCEFIT</b> 16 år og opefter Kontakt: Malene: 25343525	18.00	<b>ASPIRANT-spring</b> 4.-9. klasse Jørgen, Michael, Per, Lars, Caroline K. Kontakt: Jørgen: 51565389	18.00	<b>HOLD DIG I FORM</b> m/k 16 år og opefter Kontakt: Kirsten Th.: 24800289
18.30	<b>TURBOSPRING</b> 2.-3. klasse Dennis, Kirsten B., Christina Thea, Mathias, Caroline H. Kontakt: Christina: 61163264	19.00		19.00		19.00	
19.30		19.00	<b>HOLD DIG I FORM</b> m/k 16 år og opefter Kontakt: Kirsten Th.: 24800289	19.00	<b>TALENT-spring</b> 4.-9. klasse Jørgen, Michael, Per, Lars, Nikolai, Caroline K. Kontakt: Jørgen: 51565389	19.00	<b>YOGA</b> m/k 18 år og opefter Kontakt: Sys: 28248116
19.45	<b>COREBALL</b> m/k 18 år og opefter Britta, Britt Kontakt: Britta: 22379659	20.00		20.00	<b>KARLEGYMNASTIK</b> For rigtig mænd.... Kontakt: Jørgen: 51565389	20.10	
21.00				21.00			

Sæsonstart for de enkelte hold:

Seniordamer og karle starter i uge 39

Yoga starter uge 40.

Alle andre hold starter i uge 36

I løbet af uge 31 vil der komme holdbeskrivelser på [www.SSIF.dk](http://www.SSIF.dk) - kig under gymnastik

Info fra Løbeklubben: Vi løber tirsdage kl 19.00 og torsdage kl. 18.30. Se yderligere info på [SSIF.dk](http://SSIF.dk)