

SOMMERAKTIVITETER 2026

Priser kan ses på hjemmesiden, hvor tilmelding også foregår:
www.bifgymnastik.dk

POWER-PIGER -5 – 7 år

Mandag kl. 17.15-18.10 på Ådalskolen, salen

BEMÆRK: første træning 20/4 er på Kratholmskolen

Start 20. april 2026

Instruktører: Josefine og Josefine

PARKOUR – forældre/barn fra 5-9 år

Torsdag kl. 16.45-17.45 på Ådalskolen

Start 23. april 2026

Instruktør: Jonathan

PARKOUR - 10 ÅR+

Torsdag kl. 18.30-19.30 på Ådalskolen

Start 23. april 2026

Instruktør: Jonathan

Juniormix – fra 4. kl.

Mandag kl. 17.15 – 18.45 på Ådalskolen, hallen

Start 27. april 2026

Instruktører: Peter, Morten, Kenneth
Lars Ole, Sara N og Sara H

FLOW – 18 ÅR+ RYTME

FLOW – 18 ÅR+ SPRING

Mandag kl. 19.00 – 21.30 på Ådalskolen, hallen

Start 27. april 2026

Instruktører: Emil, Kristian, Simon og Louise

POWER – 15 ÅR+

Mandag kl. 18.45-20.00 på Ådalskolen, salen

Start 20. april 2026

Instruktører: Daimi & Kristine

SOMMER SALSATION

Onsdag kl. 17.00-17.45 på Ådalskolen, salen

Start 22. april 2026

Instruktør: Louise

SOMMER ZUMBA

Onsdag kl. 17.50 – 18.35 på Ådalskolen, salen

Start 22. april 2026

Instruktør: Louise

BELLINGE SPRINGMIX

Torsdag kl. 20.00-22.00 på Ådalskolen, hallen

Start 23. april 2026

Instruktør: Lars m.fl.

CROSSGYM

Torsdag kl. 20.00-21.30 på BIC, Hallen

Start 23. april 2026

Instruktør: Henrik

WALK AND TALK for senior 60+

Torsdag kl. 10.00-11.00 mødested BIC

MØD OP OG VÆR' MED – DET ER GRATIS

Ingen træning Kr. Himmelfartsdag

Start 30. april 2026

Tovholder: Kirsten

FORENINGSFITNESS

Lørdag kl. 8.00-9.00 på BIC - Hallen

Start 25. april 2026

Ansvarlig: Henrik

På hjemmesiden kan du se, hvor lang sommersæsonen er for dit hold

Oplevelser gennem fællesskab
Fællesskab gennem oplevelser