

## LILLERØD GYMNASTIK - Sommerprogram 23. april - 23. juni 2019

Salen	KLATRETRÆET	Græsmarken 4, 3450 Allerød
Hal 3	LILLERØDHALLERNE	Banevang 7, 3450 Allerød
Allerød Bibliotek		Skovensvej 4, 3450 Allerød
Gymnastiksal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Lillerød</i>	Frederiksborgvej 65, 3450 Allerød
Boldhal		
Drengesal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Skovvang</i>	Poppelvej 1A, 3450 Allerød

### Lillerødhallerne Hal 3 - Klatretræet - Skovvang og Allerød Bibliotek

29/4-17/6	23/4-18/6	25/4-20/6	26/4-21/6	5/5-23/6
MANDAG	TIRSDAG	TORS DAG	FREDAG	SØNDAG
<i>Salen</i>	<i>Hal 3</i>	<i>Allerød Bibliotek</i>	<i>Hal 3</i>	<i>Hal 3 &amp;</i>
	08.45-09.55 <b>MixMotion</b> <i>Seniortræning</i> Jette	11.00-14.00 <b>Natur- og Litteraturtræning</b>  Mødested: Allerød Bibliotek Skovensvej 4  Janne, Lise	08.45-10.00 <b>FredagsMix</b> <i>Seniortræning</i> Janne	<i>Drengesal</i>
18.15-19.30 <b>Mindful, Mobilitet &amp; Styrke</b>  Janne	10.05-11.20 <b>Bold &amp; Elastik</b> <i>Seniortræning</i> Jette	<b>TORS DAG</b> <i>Drengesal</i>	10.30-12.00 <b>SkovFitness</b> <i>Seniortræning i naturen</i>  Janne, Jette	09.30-10.25 <b>Forældre/Barn 2-3 år</b> Karoline P, Jacob
	<b>TIRSDAG</b> <i>Drengesal</i>	16.30-17.25 <b>Dansepaletten 7-8 år</b> Sarah, Karoline		10.30-11.25 <b>Forældre/Barn 3-4 år</b> Karoline P, Jacob
	18.30-19.30 <b>TABATA</b> Betina, Susanne	17.30-18.25 <b>DanceMix 9-10 år</b> Sarah		
		18.30-19.25 <b>DanceMix 11-13 år</b> Sarah		

## LILLERØD GYMNASTIK - Sommerprogram 23. april - 23. juni 2019

Salen	KLATRETRÆET	Græsmarken 4, 3450 Allerød
Hal 3	LILLERØDHALLERNE	Banevang 7, 3450 Allerød
Allerød Bibliotek		Skovensvej 4, 3450 Allerød
Gymnastiksal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Lillerød</i>	Frederiksborgvej 65, 3450 Allerød
Boldhal		
Drengesal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Skovvang</i>	Poppelvej 1A, 3450 Allerød

### Lillerødhallerne - Hal 3

29/4-17/6	23/4-18/6	24/4-19/6	25/4-20/6	26/4-21/6
MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
Hal 3	Hal 3	Hal 3	Hal 3	Hal 3
				15.30-16.40 Familiehold 4-6 år Jette, Janne
16.00-18.00 PowerTumbling 13+ Kasper, Mattias	H401 - 16.00-18.00 MiniTeam 9-12 år <i>Lukket hold</i> Lauritz, Malene Sophus	16.00-17.15 SpringMix 8-9 år Frederikke, Lauritz & Sophus	H402 - 16.00-18.00 JuniorTeam 12-14 år <i>Lukket hold</i> Mattias, Mie	16.45-18.00 SpringGym og Leg 6-7 år Jette, Mattias
18.00-19.30 Spring PIGER 11-14 år Elisabeth, Mattias	18.00-19.30 SpringMix 9-11 år Natacha, Mattias	17.15-18.30 SpringMix 9-10 år Frederikke, Lauritz & Sophus	H403 - 18.00-20.00 Ynglinge 15+  Spring: Kasper Rytme: Elisabeth	
	19.30-21.15 Spring for Kvinder  Mattias, Natacha	18.30-20.00 Spring DRENGE 11-14 år  Kasper, Mikkel	20.00-22.00 Kun for Mænd!  Nicklas, Kasper	

## LILLERØD GYMNASTIK - Sommerprogram 23. april - 23. juni 2019

Salen	KLATRETRÆET	Græsmarken 4, 3450 Allerød
Hal 3	LILLERØDHALLERNE	Banevang 7, 3450 Allerød
Allerød Bibliotek		Skovensvej 4, 3450 Allerød
Gymnastiksal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Lillerød</i>	Frederiksborgvej 65, 3450 Allerød
Boldhal		
Drengesal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Skovvang</i>	Poppelvej 1A, 3450 Allerød

### Lillevang Skole afd. Lillerød - Boldhal

29/4-17/6	23/4-18/6	24/4-19/6	25/4-20/6
MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG
<i>Boldhal</i>	<i>Boldhal</i>	<i>Boldhal</i>	<i>Boldhal</i>
<b>H500 - 16.15-18.00</b> <b>K0 - Mini</b> <i>Rope Skipping</i>  Natalia Emma, Louise	<b>H503 - 16.00-17.10</b> <b>Rope Skipping 7-8 år</b> Emma, Karoline N	<b>16.00-17.15</b> <b>Rope Skipping 9+</b> <i>2-pers. konk.</i> Anna, Mathilde	<b>H501 - 16.00-18.00</b> <b>K1 - Junior</b> <i>Rope Skipping</i>  Emilie
<b>H502 - 18.00-20.30</b> <b>K2 - Ynglinge</b> <i>Rope Skipping</i>  Mia Simone	<b>H501 - 17.15-19.45</b> <b>K1 - Junior</b> <i>Rope Skipping</i>  Anne Marie Emilie	<b>H502 - 17.15-19.45</b> <b>K2 - Ynglinge</b> <i>Rope Skipping</i>  Mia	<b>H502 - 18.00-20.00</b> <b>K2 - Ynglinge</b> <i>Rope Skipping</i>  Simone
	<b>19.45-21.15</b> <b>RopeFit</b> <i>Rope Skipping, voksen</i>  Emilie, Frederikke		<b>H613 - 20.00-21.30</b> <b>Sved på Panden</b> <i>m. teenagere</i> Emilie

## LILLERØD GYMNASTIK - Sommerprogram 23. april - 23. juni 2019

Salen	KLATRETRÆET	Græsmarken 4, 3450 Allerød
Hal 3	LILLERØDHALLERNE	Banevang 7, 3450 Allerød
Allerød Bibliotek		Skovensvej 4, 3450 Allerød
Gymnastiksal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Lillerød</i>	Frederiksborgvej 65, 3450 Allerød
Boldhal		
Drengesal	LILLEVANG SKOLE <i>afd. Skovvang</i>	Poppelvej 1A, 3450 Allerød

### Lillevang Skole afd. Lillerød - Gymnastiksal

29/4-17/6	23/4-18/6	24/4-19/6	25/4-20/6
MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG
Gymnastiksal	Gymnastiksal	Gymnastiksal	Gymnastiksal
16.00-16.55 Børn 4-5 år Malene, Clara		16.00-16.55 Forældre/Barn 1½-2 år Malene	H500 - 16.15-18.00 K0 - Mini Rope Skipping
17-17.55 Børn 5-6 år Malene, Clara	16.30-17.45 Parkour 9-10 år Christopher, August	17.00-17.55 Dans og Leg piger 4-6 år Malene	Natalia Louise, Emma
18.00-19.30 Rope Skipping 9+ Frederikke, Natalia	17.45-19.00 Parkour 11-14 år Christopher, August		