

LILLERØD GYMNASTIK - Sommer 2024

start- og slutdatoer ses under det enkelte hold

LILLERØDHALLERNE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE
Hal 3 Banevang 7 3450 Allerød	afd. Lillerød Boldhal Frederiksborgvej 65 3450 Allerød	afd. Lillerød Gymnastiksal Frederiksborgvej 65 3450 Allerød	afd. Skovvang Drengesal Poppelvej 1A 3450 allerød

LILLERØDHALLERNE - HAL 3

TIRSDAG	ONSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
Hal 3	Hal 3	Hal 3	Hal 3	Hal 3
	09.00-12.00 Pop-Up events		<i>Rope Skipping</i> <i>elitetræning</i>	09.00-09.55 Tumlinge 1½-3 år <i>undervisning flg. datoer:</i>
09.30-10.45 Sommermotion M/K	<i>annonceres på</i> <i>www.lilgym.dk og FB</i>	09.30-10.45 Sommermotion M/K	<i>Springtræning</i> <i>udtaget hold</i>	7/4, 14/4, 21/4 5/5, 12/5, 26/5 2/6, 9/6, 16/6, 23/6
2/4-11/6	3/4-12/6	12/4-14/6	<i>Landsdelshold</i> <i>Kurser</i> <i>Events</i>	10.00-11.00 SøndagsWorkout 7/4-23/6

LILLERØD GYMNASTIK - Sommer 2024

start- og slutdatoer ses under det enkelte hold

LILLERØDHALLERNE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE
Hal 3 Banevang 7 3450 Allerød	afd. Lillerød Boldhal Frederiksborgvej 65 3450 Allerød	afd. Lillerød Gymnastiksal Frederiksborgvej 65 3450 Allerød	afd. Skovvang Drengesal Poppelvej 1A 3450 allerød

LILLERØDHALLERNE - HAL 3

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Hal 3	Hal 3	Hal 3	Hal 3	Hal 3
	15.30-16.30 FamilieTons børn 2-4 år 2/4-18/6	15.30-17.00 Gymnastikpaletten piger og drenge 7-9 år 3/4-19/6		
15.45-17.00 Tons og Parkour drenge 7-9 år 8/4-17/6	16.30-18.30 JuniorTeam 11+ udtaget hold		16.00-18.00 JuniorTeam 11+ udtaget hold	16.30-17.45 FamilieFredag 3-7 år undervisning flg. datoer: 5/4, 12/4, 19/4, 3/5 24/5, 31/5, 7/6
17.00-18.15 MiniTeam 7+ optager nye gymnaster fra den 15/4 H17 Slut 10/6	optager nye gymnaster fra den 16/4	17.00-18.30 MiniTeam 7+ udtaget hold optager nye gymnaster fra den 15/4 H17 Slut 12/6	optager nye gymnaster fra den 16/4 H18 Slut 13/6	
18.15-19.50 Ynglinge 15+ Dans/Rytme optager nye gymnaster fra den 15/4 H19 Slut 10/6	H18 Slut 11/6 18.30-20.00 Sommerspring piger og drenge 11-14 år	18.30-19.45 Sommerspring piger og drenge 9-12 år 3/4-19/6	18.00-20.00 Ynglinge 15+ SPRING optager nye gymnaster fra den 18/4	
19.50-22.00 Lillerød Retro 30+	2/4-18/6 20.00-21.30 Kun for Kvinder!	19.50-22.00 MasterRep 30+ LDH med DGI Nordsj. H35 Slut 17/4	H20 Slut 13/6 20.00-22.00 Kun for Mænd!	
	2/4-18/6	MasterRep 30+ Riccione	4/4-20/6	
H33 Slut 15/4				

LILLERØD GYMNASTIK - Sommer 2024

start- og slutdatoer ses under det enkelte hold

LILLERØDHALLERNE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE
Hal 3	afd. Lillerød	afd. Lillerød	afd. Skovvang
Banevang 7	Boldhal	Gymnastiksal	Drengesal
3450 Allerød	Frederiksborgvej 65	Frederiksborgvej 65	Poppelvej 1A
	3450 Allerød	3450 Allerød	3450 allerød

LILLEVANG SKOLE AFD. LILLERØD - BOLDHAL

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG
Boldhal	Boldhal	Boldhal	Boldhal
			16.00-18.00 Rope Skipping K1 <i>Junior</i> Konkurrence
16.30-18.00 Rope Skipping K1 <i>Junior</i> Konkurrence	16.30-18.00 Rope Skipping K0 <i>Mini</i> Konkurrence		
H25 Slut 10/6	2/4-11/6	17.30-20.00 Rope Skipping K2 <i>Ynglinge</i> Konkurrence	H25 Slut 13/6
18.00-20.30 Rope Skipping K2 <i>Ynglinge</i> Konkurrence	18.00-20.00 Rope Skipping K1 <i>Junior</i> Konkurrence		18.00-20.00 Rope Skipping K2 <i>Ynglinge</i> Konkurrence
	H25 Slut 11/6	H26 Slut 12/6	H26 Slut 13/6
H26 Slut 10/6	20.00-21.30 RopeFit 18+		
	2/4-18/6		

LILLERØD GYMNASTIK - Sommer 2024

start- og slutdatoer ses under det enkelte hold

LILLERØDHALLERNE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE
Hal 3	afd. Lillerød	afd. Lillerød	afd. Skovvang
Banevang 7	Boldhal	Gymnastiksal	Drengesal
3450 Allerød	Frederiksborgvej 65	Frederiksborgvej 65	Poppelvej 1A
	3450 Allerød	3450 Allerød	3450 allerød

LILLEVANG SKOLE afd. LILLERØD - Gymnastiksal

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag
Gymnastiksal	Gymnastiksal	Gymnastiksal	Gymnastiksal
16.50-17.50 Rope Skipping 8-11 år 8/4-17/6		17.00-18.15 Dans & Rytme 10-14 år 3/4-19/6	16.00-18.00 Rope Skipping K0 <i>Mini</i> <i>Konkurrence</i> 4/4-13/6
18.00-19.30 Rope Skipping 12+ 8/4-17/6			
		20.00-21.15 Calisthenics og Mobilitet 3/4-19/6	

LILLERØD GYMNASTIK - Sommer 2024

start- og slutdatoer ses under det enkelte hold

LILLERØDHALLERNE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE	LILLEVANG SKOLE
Hal 3 Banevang 7 3450 Allerød	afd. Lillerød Boldhal Frederiksborgvej 65 3450 Allerød	afd. Lillerød Gymnastiksal Frederiksborgvej 65 3450 Allerød	afd. Skovvang Drengesal Poppelvej 1A 3450 allerød

LILLEVANG SKOLE afd. SKOVVANG

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG
Drengesal	Drengesal	Drengesal	Drengesal
16.00-17.00 Mikrospring 6-8 år 8/4-17/6	16.00-16.55 Spilopper 3-4 år 9/4-18/6		16.10-17.10 Tons og Leg 4-6 år 4/4-20/6
17.00-18.00 Dans og rytme 7-9 år 8/4-17/6	17.00-18.15 Godteposen 5-7 år 9/4-18/6		17.15-18.30 Seje Piger 6-8 år 4/4-20/6