



Sæson 2019/2020 fordelt efter minimumsalder

Holdnavn	Min alder	Sted	Ugedag	Fra kl.	Til kl.
Børn (1-2 år) og deres aktive voksne	1	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Tirsdag	16:30	17:30
Voksen/Barn 2-3 år	2	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Onsdag	16:30	17:30
Rollingerne 3-5 år	3	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Tirsdag	17:30	18:30
Krudtuglerne 3-5 år	3	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Onsdag	17:30	18:30
Trampolin Familie	3	Idrættens hus	Lørdag	09:30	10:45
Smølferne 4-5 år	4	Hedegårdene skole, Pigesalen	Søndag	11:00	12:00
Trampolin Mini 5-8 år	5	Idrættens hus	Onsdag	16:00	17:00
Springlopperne mix 5-6 år	5	Kildegaardshallen	Torsdag	16:15	17:45
Trampolin Mini 5-8 år	5	Idrættens hus	Fredag	16:00	17:00
Rytme & Dans fra 6 år	6	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Mandag	16:30	17:30
Mini Acro 6-8 år	6	Roskildehallen hal B	Onsdag	16:30	18:00
Springmusene	7	Kildegaardshallen	Mandag	16:15	17:45
Stjernesrud fra 7 år	7	Kildegaardshallen	Fredag	16:00	17:30
Trampolin Øvede	8	Idrættens hus	Man Tors	16:00 16:00	17:30 17:30
Ekstra træning unicykling	8	Hedegårdene Skole, Hallen	Mandag	16:15	17:30
Trampolin begynder	8	Idrættens hus	Tirsdag	16:00	17:15
TeamGym 2 dage	8	Idrættens hus	Tirs Lør	16:00 09:00	18:00 11:00
TeamGym 3 dage	8	Idrættens hus	Ti To Lør	16:00 18:00 11:00	18:00 20:00 13:00
Sports Acro Konkurrence	8	Idrættens hus	Tirs Lør	16:00 09:00	18:30 12:00
Sports Acro Konkurrence	8	Idrættens hus	Ti To Lør	16:00 18:00 09:00	18:30 20:00 13:00
Åben spring træning	8	Idrættens hus	Tirsdag	16:00	18:00
Danse pigerne 8-12 år	8	Hedegårdene Skole, Hallen	Tirsdag	17:30	19:00
Sports Acro Aspiranterne	8	Idrættens hus	Onsdag	16:30	18:00
Sports Acro Aspiranterne øvede	8	Idrættens hus	Onsdag	16:30	19:00
Trampolin begynder	8	Idrættens hus	Onsdag	17:45	19:00
Unicykling begyndere	8	Hedegårdene Skole, Hallen	Torsdag	16:15	17:30
Unicykling Øvede	8	Hedegårdene Skole, Hallen	Torsdag	17:30	19:00



ROSKILDE

GYMNASTIKFORENING

TRÆNING & TRIVSEL

Supernovaer	8	Kildegaardshallen	Fredag	17:30	19:00
Parkour begynder 8-15 år	8	Kildegaardshallen	Søndag	13:00	15:00
Trampolin konkurrence	9	Idrættens hus	Ma On Fre	17:30 17:30 17:30	19:30 19:30 19:30
Trampolin let øvede	9	Idrættens hus	Tirsdag	17:30	19:00
Trampolin let øvede	9	Idrættens hus	Onsdag	16:00	17:30
TeamGym Junior 10 -16 år	10	Idrættens hus	Ti To Lør	16:00 18:00 11:00	18:00 20:00 13:00
Springmix fra 11 år	11	Kildegaardshallen	Mandag	17:45	19:45
Åben spring træning	11	Idrættens hus	Tirsdag	16:00	18:00
Trampolin Øvede	12	Idrættens hus	Man Tors	17:45 17:45	19:15 19:15
Team Novus rytme fra 13 år	13	Hedegårdene Skole, Hallen	Mandag	17:45	19:15
Team Novus spring fra 13 år	13	Kildegaardshallen	Man Ons	19:45 19:00	21:15 21:00
Trampolin let øvede	13	Idrættens hus	Torsdag	17:45	19:15
Hit Fit	14	Roskildehallen hal B	Onsdag	18:15	19:15
CrossGym 16+	16	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Mandag	17:45	19:15
CrossGym 16+	16	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Torsdag	17:45	19:15
Foxy Ladies/Gentlemen rytme	16	Idrættens hus	Torsdag	19:30	21:30
Aerobic mave/baller/lår	18	Østervangsskolen, Hallen	Mandag	18:15	19:45
Motionsherrer	18	Klostermarksskolen	Mandag	18:00	19:00
Senior hold dig i form M/K	18	Roskildehallen hal B	Mandag	10:15	12:00
Glad Motion M/K	18	Sct. Jørgens Skole, festsalen	Tirsdag	18:00	19:00
Seniordamerne	18	Roskildehallen hal D	Tirsdag	10:15	11:45
Voksen/Barn 3-5 år	18	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Tirsdag	16:30	17:30
Voksen/Barn 2-3 år	18	Hedegårdene Skole, Pigesalen	Onsdag	16:30	17:30
Effekt M/K	18	Sct. Jørgens Skole, festsalen	Torsdag	18:00	19:00
Foxy Ladies/Gentlemen spring	18	Idrættens hus	Torsdag	19:30	21:30
Hit Fit	18	Idrættens hus	Søndag	10:15	11:45
Hit Fit	25	Roskildehallen hal B	Onsdag	19:30	20:30
Pilates for seniorer	40	Roskildehallen hal B	Torsdag	09:30	10:30