

# PGI SÆSON 2023-2024

**BØRNEHOLD 1-13 ÅR**

**FORÆLDRE BARN 1-3 ÅR**  
TORSDAG KL. 16.15 – 17.15

**FORÆLDRE BARN 1-3 ÅR**  
LØRDAG KL. 10.00 – 11.00

**HOPPE LOPPE 4-5 ÅR**  
MANDAG KL. 16.15 – 17.15

**DANSEGYMNASTIK 4-7 ÅR**  
ONSDAG KL. 16.00 – 16.45

**MINISPRING PIGER 6 år – 1 KL.**  
TIRSDAG KL. 16.00 – 17.15

**POWERPIGER 2-3 KL.**  
MANDAG KL. 17.30 – 19.00

**PIGESPRING 4-6 KL.**  
ONSDAG KL. 17.35 – 19.20

**DRENGENE SPRINGER 0-6 KL.**  
TIRSDAG KL. 17.30 – 18.45

**FREDAGSSPRING 3-9 KL.**  
FREDAG KL. 16.30 – 18.00

**SPRINGMAX 4-9 KL.**  
TORSDAG KL. 17.45 – 19.00

**SPRING OG RYTME 13+**

**PGI JUNIOR**  
ONSDAG KL. 19.05 – 20.50

**SYTTEN+**  
TORSDAG KL. 19.30 – 21.00

**FITNESS**

**POLE FITNESS**  
TIRSDAG KL. 19.00 – 21.00

**POLE FITNESS**  
SØNDAG KL. 10.30 – 12.30



Gymnastik & Fitness



[www.PGI4180.dk](http://www.PGI4180.dk)

**YOGA FOR ALLE**  
TORSDAG KL. 17.30 – 18.30

**YOGA MORGEN**  
ONSDAG KL. 09.00 – 10.15

**CROSS DANCE**  
TORSDAG KL. 19.00 – 20.00

**CROSS DANCE**  
TIRSDAG KL. 17.45 – 18.45

**HUSK**  
VORES BANKOSPIL I  
PEDERSBORG  
FORSAMLINGSHUS OM  
TORSDAGEN



**FITNESS**

**CROSSGYM**  
TORSDAG KL. 18.30 – 19.30

**CROSSGYM OUTDOOR**  
MANDAG KL. 17.15 – 18.15

**JUMPING FITNESS**  
ONSDAG KL. 17.00 – 18.00

**JUMPING FITNESS**  
LØRDAG KL. 09.00 – 10.00

**JUMPING M. STYRKE**  
MANDAG KL. 17.15 – 18.30

**BODY POWER SOFT**  
ONSDAG KL. 16.55 – 17.40

**BODY POWER**  
ONSDAG KL. 18.05 – 19.05

**MOTION**

**AFTER 8**  
TIRSDAG KL. 19.00 – 20.30

**ALT FOR DAMERNE**  
MANDAG KL. 18.30 – 19.45

**BEVÆG DIG MAND**  
TIRSDAG KL. 18.00 – 19.15

**MOTIONSHOCKEY**  
TORSDAG KL. 20.30 – 22.00

**SENIOR**

**60+**  
TIRSDAG KL. 10.00 – 11.30

**Husk** muligheden for at spille badminton mandag, onsdag og lørdag.

Se mere og book bane på vores hjemmeside [www.PGI4180.dk](http://www.PGI4180.dk)

**Nyt tiltag:** Familie badminton onsdag 16:30 – 17:25