

Farum Gymnastikforening
2025-2026
Voksenhold

Nr.	Navn	Sted	Dag	Start	Slut	Startdato	Slutdato
61	Q30 - Opvisningshold	Farum Arena	Torsdag	19:00	21:00	04-09-2025	07-05-2026
63	DGI Nordsjælland AfterRep	Farum Arena	Onsdag	19:30	22:00	03-09-2025	06-05-2026
64	Farum Rutinerede	Farum Arena	Onsdag	18:00	20:00	03-09-2025	06-05-2026
69A	Efterfødselstræning for mor med barn	Stien	Onsdag	11:30	13:00	03-09-2025	05-11-2025
69B	Efterfødselstræning for mor med barn	Stien	Onsdag	11:30	13:00	12-11-2025	25-02-2026
69C	Efterfødselstræning for mor med barn	Stien	Onsdag	11:30	13:00	04-03-2026	10-06-2026
70	Pilates	Stien	Mandag	10:00	11:15	01-09-2025	04-05-2026
72	Funktionel træning	Kulturhuset	Mandag	13.15	14.30	01-09-2025	04-05-2026
72	Ryg- & Coretræning 1	Stavsholtskolen	Mandag	17:15	18.10	01-09-2025	04-05-2026
73	Ryg- & Coretræning 2	Stavsholtskolen	Mandag	18:15	19:15	01-09-2025	04-05-2026
74	Coretræning M/K	Farum Arena	Mandag	19:30	20:30	01-09-2025	04-05-2026
75	Voksensjip	Marie Kruse	Onsdag	19:00	20:30	03-09-2025	06-05-2026
76	Zumba	Kulturhuset	Onsdag	18:00	19:00	03-09-2025	06-05-2026
77	Motionsgymnastik	Kulturhuset	Torsdag	12:30	13:45	04-09-2025	26-03-2026
79	Motionsgymnastik for Gentlemen	Kulturhuset	Mandag	11:45	13:00	01-09-2025	04-05-2026
80	Pilates	Stien	Tirsdag	12:00	13:15	02-09-2025	05-05-2026
80	Motion der gør dig glad - Lukket hold	Kulturhuset	Tirsdag	18.30	19:30	02-09-2025	05-05-2026
81	DGI Smart Træning	Kulturhuset	Torsdag	14:00	15:15	04-09-2025	26-03-2026
82	Gotvedgymnastik - Stræk, puls & styrke	Kulturhuset	Onsdag	16:35	17:45	03-09-2025	06-05-2026
83	Gotvedgymnastik for alle	Kulturhuset	Onsdag	15:15	16:25	03-09-2025	06-05-2026
84	Yoga - Begynder	Kulturhuset	Onsdag	13:30	15:00	03-09-2025	06-05-2026
85	Vinyasa Yoga - Fortsætter	Kulturhuset	Onsdag	19:00	20:20	03-09-2025	06-05-2026
86A	Dans med Karina & Annika	Kulturhuset	Torsdag	18:10	19:00	04-09-2025	07-05-2026
86B	Dans med Karina & Annika	Kulturhuset	Mandag	18:10	19:25	01-09-2025	04-05-2026
87	Hit Fit dance	Kulturhuset	Torsdag	19:10	20:00	04-09-2025	07-05-2026
88	Stolegymnastik	Kulturhuset	Torsdag	10:45	12:00	04-09-2025	26-03-2026