

Farum Gymnastikforening
2024-2025
Voksenhold

Nr.	Navn	Sted	Dag	Start	Slut	Startdato	Slutdato
61	Q30 - Opvisningshold	Søndersøhallen	Torsdag	19:00	21:00	05-09-2024	08-05-2025
63	DGI Nordsjælland AfterRep	Farum Arena	Onsdag	19:30	22:00	04-09-2024	30-04-2025
64	Opvisningsholdet 16+	Solvangskolen	Mandag	19:30	21:30	02-09-2024	05-05-2025
69A	Efterfødselstræning for mor med barn	Stien	Onsdag	11:30	13:00	21-08-2024	21-11-2024
69B	Efterfødselstræning for mor med barn	Stien	Onsdag	11:30	13:00	27-11-2024	26-02-2025
69C	Efterfødselstræning for mor med barn	Stien	Onsdag	11:30	13:00	05-03-2025	05-06-2025
70	Pilates	Stien	Mandag	10:00	11:15	02-09-2024	06-05-2025
72	Ryg- & Coretræning M/K	Stavsholtskolen	Mandag	18:00	19:00	23-09-2024	19-05-2025
74	Coretræning M/K	Farum Arena	Mandag	19:30	20:30	23-09-2024	19-05-2025
75	Voksensjip	Marie Kruse	Torsdag	17:00	18:30	05-09-2024	08-05-2025
76	Zumba	Kulturhuset	Onsdag	18:00	19:00	04-09-2024	07-05-2025
77	Motionsgymnastik	Kulturhuset	Torsdag	12:30	13:45	05-09-2024	27-03-2025
80	Motion der gør dig glad - Lukket hold	Kulturhuset	Tirsdag	18.30	19:30	03-09-2024	06-05-2025
81	DGI Smart Træning	Kulturhuset	Torsdag	14:00	15:15	05-09-2024	27-03-2025
82	Gotvedgymnastik - Stræk, puls & styrke	Kulturhuset	Onsdag	16:40	17:55	04-09-2024	07-05-2025
83	Gotvedgymnastik for alle	Kulturhuset	Onsdag	15:15	16:30	04-09-2024	07-05-2025
84	Yoga - Begynder	Kulturhuset	Onsdag	13:30	15:00	04-09-2024	07-05-2025
85	Vinyasa Yoga - Fortsætter	Kulturhuset	Onsdag	19:00	20:20	04-09-2024	07-05-2025
86A	Ballroom Fitness & styrke	Kulturhuset	Torsdag	18:10	19:20	05-09-2024	08-05-2025
86B	Ballroom fitness	Kulturhuset	Mandag	18:10	19:10	02-09-2024	06-05-2025
88	Rygtræning	Solvangskolen	Torsdag	16:00	16:50	05-09-2024	01-05-2025