

## Farum Gymnastikforening

2026-2027

Voksenhold

Nr.	Navn	Sted	Dag	Start	Slut	Startdato	Slutdato
60	Florball	Farum Arena	Tirsdag	20:30	22:00	15-09-2026	20-06-2027
61	Q30 - Opvisningshold	Farum Arena	Torsdag	19:30	21:30	03-09-2026	13-05-2027
62	Farum Rutinerede	Farum Arena	Onsdag	18:00	20:00	02-09-2026	05-05-2027
63	DGI Nordsjælland AfterRep	Farum Arena	Onsdag	19:30	22:00	02-09-2026	05-05-2027
64	yoga	Kulturhuset	Tirsdag	13:00	14:15	15-09-2026	11-05-2027
65	Styrkehold	Kulturhuset	Tirsdag	14:20	15:40	15-09-2026	11-05-2027
66	Medi Yoga	Stien	Mandag	08:30	09:45	07-09-2026 11-01-2027	14-12-2026 03-05-2027
67	Medi Yoga	Farum Arena	Tirsdag	13:30	14:45	08-09-2026 12-01-2027	15-12-2026 04-05-2027
68	Graviditetsgymnastik	Farum Arena	Tirsdag	10:30	11:45	08-09-2026 12-01-2027	15-12-2026 04-05-2027
69	Efterfødselstræning for mor med barn	Farum Arena	Tirsdag	09:00	10:15	08-09-2026 12-01-2027	15-12-2026 04-05-2027
70	Pilates	Stien	Mandag	10:00	11:15	07-09-2026	03-05-2027
71	Funktionel træning	Kulturhuset	Mandag	13:00	14:15	07-09-2026	03-05-2027
72	Core og rygtræning	Farum Arena	Mandag	17:15	18.05	14-09-2026	10-05-2026
73	Core og rygtræning	Farum Arena	Mandag	18:15	19:05	14-09-2026	10-05-2026
74	Core med helkropstræning	Farum Arena	Mandag	19:30	20:30	14-09-2026	10-05-2026
75	Voksensjip	Marie Kruse	Torsdag	18:30	20:00	03-09-2026	13-05-2027
76	Stolegymnastik	Kulturhuset	Torsdag	10:30	11:45	03-09-2026	18-03-2027
77	Motionsgymnastik	Kulturhuset	Torsdag	12:00	13:15	03-09-2026	18-03-2027
78	Motionsgymnastik for Gentlemen	Kulturhuset	Mandag	11:45	13:00	07-09-2026	03-05-2027
79	Pilates	Stien	Tirsdag	12:00	13:15	01-09-2026	04-05-2027
80	Motion der gør dig glad - Lukket hold	Kulturhuset	Tirsdag	18.30	19:30	01-09-2026	04-05-2027
81	Hjerne Træning	Farum Arena	Tirsdag	12:00	13:15	08-09-2026 12-01-2027	15-12-2026 04-05-2027
82	Gotvedgymnastik - Stræk, puls & styrke	Kulturhuset	Onsdag	16:35	17:45	02-09-2026	02-06-2027
83	Gotvedgymnastik for alle	Kulturhuset	Onsdag	15:15	16:25	02-09-2026	02-06-2027
84	Yoga - For Alle	Kulturhuset	Onsdag	13:30	15:00	02-09-2026	02-06-2027
85	Vinyasa Yoga - Fortsætter	Kulturhuset	Onsdag	19:00	20:20	02-09-2026	05-05-2027
86	Dance mix	Kulturhuset	Onsdag	19.00	19.50	02-09-2026	05-05-2027
87	Dance mix m. styrke	Kulturhuset	Mandag	18:10	19:25	07-09-2026	10-05-2026
88	Hit Fit dance	Kulturhuset	Onsdag	18.00	18.50	02-09-2026	05-05-2027