

Tirsdag kl. 18.00-19.15 Begynder/let øvede og unge 12-14 år. 300 kr. pr. deltager

På holdet kan man deltage forældre og ung. Så har man lyst til at gå sammen, kan man det.

Alle kan deltage, blot man ikke er gravid, har forhøjet blodtryk eller en vægt over 120 kg.

Vi holder små pauser. Medbring lette sko, vand og et lille håndklæde.

Holdet starter d. 24/3-20 og der er 12 pladser på holdet.

Torsdag kl. 19-20.15 Let øvede/øvede 300 kr

Holdet egner sig til den øvede jumper. Øvelserne er lidt svære og tempoet højt.

Holdet starter d. 26/3-20 og der er 14 pladser.

For begge hold gælder det først til mølle og derefter venteliste.

Kommer du på venteliste, kontakter jeg dig, når der er en ledig plads.

Det kalder vi en drop in plads til 30 kr.