

gymm^Nix

VÄXJÖ

BRA TRÄNING NÄRA DIG

Höstterminen 2020

**Terminen startar vecka 36, måndag den 31 aug
och pågår t o m vecka 50**



Gympa Kidz^N



Våra Värdeord är Rörelse hela livet, Glädje, Gemenskap, Respekt

Under Corona-pandemin:

Medtag egen matta/underlag! Kom ombytta och duscha hemma.

Vi följer Folkhälsomyndighetens och Gymnastikförbundets rekommendationer.

www.gymmix-vaxjo.se

vaxjogymmix@hotmail.com

GRUPPTRÄNING INOMHUS

Föranmälan på vår hemsida för *Alla inomhus grupper!*

MÅNDAG

18.00 KATEDRALSKOLAN

Börje O 070-717 27 44

19.00 SIGFRIDSOMR, Sporthallen

Jessica B 070-847 36 84 (kväll)

19.00 MOVATION GYM I11

Tina S 070-777 25 04

MEDELGYMPA

ZUMBA

OBS! Ny tid och sal

YOGA

OBS! Ny dag

TISDAG

18.00 SIGFRIDSOMR, Sporthallen

Börje O 070-717 27 44

19.00 TORPARSKOLAN

- 20.30 Manaswita P 070-227 51 42

19.00 HOVSHAGASKOLAN

Ellinor K 070-533 71 79

MEDELGYMPA

YOGA

PILATES SPIRALS

ONSDAG

10.00 FORTNOX ARENA

Nina Ax B 076-325 14 19

18.00 JIVERS, Rådjursvägen 2

Manaswita P 070-227 51 42

19.15 JIVERS, Rådjursvägen 2

Manaswita P 070-227 51 42

INTERVALLTRÄNING OBS! Ny sal

BOLLYWOOD

OBS! Nytt pass

YOGA

TORSDAG

14.00 SIGFRIDSOMR, Sporthallen

Lena J 073-960 10 70

18.00 LILLESTADSKOLAN

Annelie H 070-415 49 14

18.00 SANDSBRO SKOLA

Madde/Mats 070-363 89 09

19.00 TELEBORG C-HALLEN

Jessica B 070-847 36 84 (Kväll)

LÄTTGYMPA

MEDELGYMPA

MEDELGYMPA

ZUMBA MIX

FREDAG

10.00 FORTNOX ARENA

Nina Ax B 076-325 14 19

LÄTT INTERVALLTRÄNING

OBS! Ny sal

LÖRDAG

17.00 VÄXJÖ SIMHALL

Lotta W 073-332 17 62 (kväll)

VATTENGYMPA

Multibassängen

SÖNDAG

18.30 FURUBY SKOLA

Ellinor K 070-533 71 79

MEDELGYMPA

GRUPPTRÄNING UTOMHUS

Ingen föranmälan

MÅNDAG

- | | | |
|--------------|-------------------------------|-----------------------------|
| 15.30 | SPORTFÄLTET, Teleborg | RYGGVÄNLIG GYMPA |
| | Gunilla S 073-158 15 90 | |
| 18.00 | FURUTÅSKOLAN, Grusplan | STYRKA |
| | Anna S 073-031 69 69 (kväll) | |
| 18.00 | HOVSHAGASKOLAN | MEDELGYMPA UTAN HOPP |
| | Birgit C 073-526 33 83 | |

TISDAG

- | | | |
|--------------|------------------------|-----------------------------|
| 10.30 | TIPSHALLEN | MEDELGYMPA UTAN HOPP |
| | Birgit C 073-526 33 83 | Samling ovan kastbanan |

ONSDAG

- | | | |
|--------------|-------------------------------|------------------|
| 18.00 | FURUTÅSKOLAN, Grusplan | CIRKELFYS |
| | Anna S 073-031 69 69 (kväll) | |
| 18.30 | FURUBY SKOLA | GYMPA |
| | Lena J 073-960 10 70 | |

TORSDAG

- | | | | |
|--------------|--------------------------|------------------|-------------------------|
| 18.00 | GUSTAVSLUNDSKOLAN | CIRKELFYS | OBS! Börjar v.35 |
| | Therese D 070-687 96 36 | | |
| | Sanna L 070-453 51 61 | | |

SÖNDAG

- | | | | |
|--------------|--------------------------|---------------------|-------------------------|
| 18.00 | GUSTAVSLUNDSKOLAN | POWER STYRKA | OBS! Börjar v.35 |
| | Therese D 070-687 96 36 | | |
| | Sanna L 070-453 51 61 | | |

TaiJi Quan *INOMHUS*

Föranmälan på vår hemsida för Alla inomhus grupper!

TISDAG

- | | | |
|--------------|----------------------------|-------------------------------|
| 19.00 | LILLESTADSKOLAN | FORTSÄTTARE, Termin 3+ |
| | Leif-Göran S 070-825 51 26 | |
| 20.00 | LILLESTADSKOLAN | NYBÖRJARE |
| | Leif-Göran S 070-825 51 26 | |

BARN / FAMILJ

Föranmälan på vår hemsida för **Alla** grupper!

MÅNDAG

17.15 GUSTAVSLUNDSKOLAN

ca 45 min Malin F alfredsson_21@hotmail.com

FAMILJEGYMPA 3-5 år

18.00 GUSTAVSLUNDSKOLAN

Sanna T 072-321 47 00

Cecilia J 070-694 86 72

BARNGYMPA 4-5år

16.15 FURUBY SKOLA

Tilda H 076-021 59 22

Tilda K 070-250 72 54

BAMSEGYMPA 4-5 år



TISDAG

16.30 BÄCKASLÖVSKOLAN

Mimmi A 070-535 81 30

Johanna F, Iris B

BAMSEGYMPA 4-5 år

TERMINS- OCH MEDLEMSAVGIFTER

Familjegympa 200 kr per barn*)

Barngympa, Bamsegympa 250 kr *)

Alla övriga grupper 450 kr *)

*) Tillkommer **50 kr i medlemsavgift och kalenderår**

Du får gå på så många pass du vill!

OBS! Till alla Innepassen gäller föranmälan.

Anmälan görs på hemsidan. www.gymmix-vaxjo.se

Om du har frågor Mejla till vaxjogymmix@hotmail.com

Under Corona-pandemin: Medtag egen matta. Kom ombytta och duscha hemma.

Vi följer Folkhälsomyndighetens och Gymnastikförbundets rekommendationer.

KONTAKT

Ordförande Birgit Collskog 073-526 33 83

Vice ordförande Gunilla Sjödin 073-158 15 90

Administratör Annelie Hellgren Källvenius 070-415 49 14