Gymnastikforeningen HERMOD

Sæsonstart den 7. september 2026

Blue Water Dokken

Onsdage	kl. 09.30-11.30	**Glad Motion/ Ældre i bevægelse**	Annie & Else

Danmarksgade Skole

Torsdage	kl. 16.30-18.00	**Spring og Rytme 6-11 år**	Gitte & Ole

Fourfeldtskolen
(midlertidig lokation i periode 7/9-9/10: Sædding Skole)

Mandage	kl. 17.30-19.30	**Seje Damer**	Annie & Birgitte

(midlertidig lokation i periode 7/9-9/10: Ådalsskolen)

Tirsdage	kl. 16.00-17.00	**Forældre/barn 3-4 år – Hold 1**	Jeanette
Tirsdage	kl. 17.00-18.00 **NYT**	**Forældre/barn 3-4 år – Hold 2**	Jeanette
Tirsdage	kl. 18.00-19.00	**Oldboys**	Anders

(midlertidig lokation i periode 7/9-9/10: Ådalsskolen)

Onsdage	kl. 16.00-17.00	**Far, mor, barn - Hold 1**	Ellen P
Onsdage	kl. 17.00-18.00	**Far, mor, barn - Hold 2**	Ellen P

(midlertidig lokation i periode 7/9-9/10: Ådalsskolen)

Torsdage	kl. 16.00-17.00 **NYT**	**Mix spring & leg 5-6 år**	Grethe, Nanna & Dorthe
Torsdage	kl. 17.00-18.00 **NYT**	**Mix spring 7-8 år**	Michael
Torsdage	kl. 18.00-19.30	**Team Turbo 9-12 år**	Bianca & Mikela

Gammelby Fritidscenter (drengesal)

Mandage	kl. 17.00-18.30 **NYT**	**Mini Mix rytme 8-12 år**	Eline & Line

Gammelby Fritidscenter (pigesal)

Mandage	kl. 16.00-17.00	**Mix spring 5-8 år**	Kasper & Mette
Mandage	kl. 17.00-18.30	**Mini Mix spring 9-12 år**	Klaus & Kasper
Mandage	kl. 18.30-20.00	**Gajolholdet - rytme**	Lotte & Helle St
Tirsdage	kl. 16.00-17.00 **NYT**	**Forældre/Barn 2-3 år**	Maria & Helle St
Tirsdage	kl. 17.00-18.00	**Stram op**	Helle Sc
Tirsdage	kl. 18.00-19.00	**Yoga**	Karen
Tirsdage	kl. 19.00-20.00	**Fællesholdet, voksne M/K**	Ellen K.
Onsdage	kl. 16.30-17.30	**Raketuglerne 3-5 år**	Silke & Malene
Torsdage	kl. 18.30-19-30 **NYT**	**Orientalsk Mavedans**	Tinna

Bramming Kultur- og Fritidscenter

Søndage	kl. 17.00-19.00	**Ungdomsmix 16+ år**	**(I samarbejde med SIF)**
Søndage	kl. 19.00-21.00 **NYT**	**Otium 23+**	**(I samarbejde med SIF)**

Bakkeskolen

Onsdage	kl. 18.30-20.30	**Juniormix 13-16 år**	**(I samarbejde med SIF)**

Læs mere om vores hold på hjemmesiden.
Forbehold for ændringer.

hermod.dk