



SØLLESTED GYMNASTIKFORENING & FITNESS SØLLESTED



Gymnastik * Spring * Parkour * Motion * Squash * Fitness * Jump * Indoor Cycling

www.sollestedgym.dk

følg os på 

HUSK
online tilmelding

SØLLESTED GYMNASTIK FORENING

Hold starter uge 36:

	Træningsdag:	Træningstid:	Pris:
Puslinge / børnehave alder	Tirsdag	16.00 - 17.00	500,-
Mor/Far/Barn (0-3 år)	Tirsdag	17.00 - 17.45	450,-
Pige spring/rytme (fra 0. klasse)	Tirsdag	17.45 - 19.00	550,-
Lollands Juniorfælleshold (10-17 år) (Spring og rytme i Højrebyhallen)	Tirsdag	19.00 - 21.00	700,-
Sund og Glad motion	Onsdag	14.00 - 15.30	450,-
Børn med særlige behov	Onsdag	16.30 - 17.30	500,-
Freerunning / Parkour (fra 2. klasse)	Onsdag	17.30 - 19.00	550,-
Fitnessdans og styrke M/K	Onsdag	19.00 - 20.00	700,-
Floorball, Cross og Cirkeltræning M/K	Onsdag	20.00 - 21.00	700,-
Rythme & Dance (fra 3. klasse)	Torsdag	16.00 - 17.00	500,-
Spring mix (fra 2. klasse)	Torsdag	17.00 - 18.30	550,-
Leg & Parkour Micro (5 -7 år)	Fredag	15.30 - 16.30	500,-

FITNESS SØLLESTED

Fitness
medlemsskab
100,- pr. år

Træning i 3 måneder.....	kr. 450.-
Træning i 6 måneder.....	kr. 800.-
Træning i 12 måneder.....	kr. 1.200.-

INDOOR CYKLING hold kører over ca. 3 måneder
ca. 15 gange (start uge 36) = **500 kr.** + medlemskab.

JUMPING FITNESS Kører over ca. 3. måneder
ca. 15 gange (start uge 36) = **500 kr.** + medlemskab.
Hold øje med vores facebook

RYGTRÆNING /genoptræning,
styrke og vedligeholdelse.

Mandag 10.00 - 11.30
15 x træning for 550,-
Onsdag 10.00 - 19.00
15 x træning for 450,-

Følg os alle på 
og se start tidspunkter:
Fitness Søllested,
Jumping Søllested eller
www.fitness-sollested.dk

Squash

12 mdr. 1200,-
6 mdr. 800,-

Mulighed for et prøve, gæste
Pay and play spil
Book nu hos Ronni Pedersen
Tlf. 22 28 71 08

