



## Børnehold



### BørneGym

Med musik, leg, redskaber, bevægelse, sang og dans træner og stimulerer vi motorik og sanser. Børnene får bevæget sig på en sjov måde, og får mange nye venner. BørneGym tilbyder hold for børn i alderen 2-8 år – både drenge og piger.

### Dans

GirlieGymStars: På holdene bevæger vi os i flere forskellige dansegenre – primært hiphop girlie. Holdet er for dig som ønsker at udvikle dine færdigheder indenfor koordinering, rytme, udholdenhed og teknik.  
Rytmisk BørneGym: Træner sjove danseserier tilpasset alder og niveau. Vi leger lege og træner styrke, smidighed og balance.

### SpringGym

Med god musik og leg lærer at bruge de mange spændende redskaber, som f.eks. airtrack, minitrampolin og skumredskaber. SpringGym tilbyder hold fra 3 år – både drenge og piger.

### Parkour

I parkour handler det om at bevæge sig gennem omgivelserne hurtigt og effektivt i flow. Undervisningen er for den nysgerrige, som søger inspiration til at opnå en naturlig og fundamental fysik. Træningen består af en primal og legende tilgang, med det formål at skabe et solidt, funktionelt og fundamentalt bevægelsesmønster.

Medlem af



**SÆSON**

**2014/2015**

For mere information se

[www.snikgym.dk](http://www.snikgym.dk)

SNIK Gymnastik – v/Rundforbi idrætsanlæg, Egebækvej 118 – 2850 Nærum