

Program for sæson 2026/27

Sæsonstart uge 38



Se mere info om holdende på vores hjemmeside HF-IF.dk

Hallen i Holbøl

Tid		Hold
Mandag	16.15 – 17.15	Tumlebillerne (Forældre/barn hold) v/ Henriette Jacobsen
Mandag	17.30 - 18.15	Zumba v/ Randy Staffensen
Mandag	19.00 - 20.00	Cross Gym
Tirsdag	15.00 - 16.00	Spilopperne 3-5 år v/ Henriette, Tine, Christine, Anne-Stine
Tirsdag	16.15 - 17.15	MiniKidz 5 år (førskolebørn) - 0. kl. v/ Henriette, Carina, Jan, Christine, Mathias, Astrid, Line
Tirsdag	19.00 - 20.45	MoveBetter v/ Charlotte Duus
Onsdag	16.00 - 17.15	SpringKidz 1.–3. kl. v/Bettina, Maria, Sara, Jacob, Emilia, Gustav, Alberte, Carlotta, Kaya
Onsdag	17.15 - 18.15	RytmeMix fra 3. kl. v/ Sara, Anne-Stine, Emilia
Onsdag	18.30 - 21.30	Badminton senior Kontakt Søren Matzen for bookning af bane
Torsdag	16.30 - 17.45	Springbisserne 4.-9. kl. v/ Christian, Jacob, Emilia, Rasmus
Torsdag	18.30 - 19.30	Cross Gym
Torsdag	20.00 - 22.00	Kun for mænd
Fredag	13.00 – 14.00	Pickleball for seniorer - Kontaktperson Søren Matzen

Samlingssalen, Grænseegnens Friskole

Tid		Hold
Onsdag	19.00 - 20.45	Yin Yang Yoga v/ Charlotte Duus

Grænsehallen i Kruså

Tid		Hold
Tirsdag	09.30 - 10.30	Seniortræning v/Lis Høier og Rikke Kold
Onsdag	18.00 - 20.00	Badminton senior Kontakt Søren Matzen for bookning af bane