

Jyderup Gymnastik

- Sjøv motion for alle -

Nyhedsbrev – Juli 2019

Dannebrog blev 800 år den 15. juni 2019.....

Og det var Jyderup Gymnastik med til at fejre.

Vi deltog med 3 faner, 3 fanebærere og 3 fanevagter i arrangementet i København.



Vi drog sammen med 35 andre afsted med bus fra Holbæk til Rosenborg eksercerplads, hvor alle faner fra Sjælland, Fyn og Jylland skulle samles. Her var der forplejning til fanevagter og fanebærere og fanerne fik fanebånd.

Kl. 12.00 var der opstilling i 3 dråber (grupper) og kl. 12.15 gik vi i optog med orkestre foran hver gruppe, igennem Københavns gader og ad Strøget til Rådhuspladsen. Her stillede alle fanerne op i faneborg foran Rådhuset.

Kl. 13.00, efter at Prins Joakim og Prinsesse Marie var ankommet, startede fejringen af Dannebrog. Her var der underholdning af bl.a. Stig Rossen, Erik Grip, Julie Bertelsen og taler af Lars Løkke Rasmussen, formanden for Danmarks Samfundet samt overrækkelse af nye faner.



Kl. 14.15 var det hele slut og vi gik i optog tilbage til Rosenborg.

Det var en helt speciel og meget positiv oplevelse at være med i dette arrangement, så pyt med at det regnede noget af tiden, så både fanerne og os var temmelig våde da vi kom tilbage.

Idræt på Fælleden

Samme dag var der Idræt på Fælleden i Holbæk. Her deltog vi med juniorholdet. Desværre fik de aldrig lov til at vise hvad de kunne, da arrangementet blev aflyst ved middagstid p.g.a regn og torden.



Sommerhold

Vi har igen i år haft en del sommerhold både for børn og voksne.

Et nyt hold så dagens lys – nemlig ”mix 5-6 år” ved Helle Kyhl. Det blev en stor succes med mange deltagere. De deltog også ved torvedagen i juni måned, hvor de gav opvisning i Skarridsøsalen.

Hættetrøjer

Som noget nyt og efter opfordring, vil vi i år lave en foreningshættetrøje, som vi vil sælge til gymnasterne. Nærmere information omkring størrelse, pris og bestilling følger.

Donation fra Sparekassen Sjælland Fonden

I foråret ansøgte foreningen Sparekassen Sjælland Fonden om donation til indkøb af trekant nedspringsmætter, og i april måned var vi så heldige, at vi fik overrakt en donation til dette indkøb på kr. 10.000 af filialdirektør Jens Varling.



Byfest i Jyderup

Lørdag den 7. september 2019 er der traditionen tro byfest i Jyderup og her vil du også kunne møde Jyderup Gymnastik. Her vil vi have forskellige aktiviteter og vi glæder os til at se dig i vores bod, hvor du også har mulighed for, at melde dig til den kommende sæson.



Program for 2019/2020

Program for sæsonen 2019/2020 vil blive husstandsomdelt den 15. august 2019.

Tilmeldingen til sæsonen åbner primo august. Der vil blive udsendt mail til tidligere medlemmer kort forinden, så hold øje med din postkasse samt tjek vores hjemmeside www.jyderupgymnastik.dk

Nedenfor vises en foreløbig oversigt over holdfordelingen (ret til ændringer forbeholdes)

pigehold
drengehold
mixede drenge/pige hold
voksenhold

1. sal

Tider	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Søndag
11.15 - 11.30					Jumping Kids 8 - 15 år
11.30 - 11.45					
11.45 - 12.00					
12.00 - 12.15					
15.00 - 15.15			SMART træning		
15.15 - 15.30					
15.30 - 15.45					
15.45 - 16.00					
16.00 - 16.15					
16.15 - 16.30					
16.30 - 16.45	ZUMBA		Dans fra 10 år		
16.45 - 17.00					
17.00 - 17.15		Dans/Rytme 7 - 9 år			
17.15 - 17.30					
17.30 - 17.45					
17.45 - 18.00					
18.00 - 18.15					
18.15 - 18.30		Yoga	Jumping Fitness begynder	Kangoo Jumps	
18.30 - 18.45	Body Conditioning				
18.45 - 19.00					
19.00 - 19.15		Pilates	Jumping Fitness Øvede	Effekt	
19.15 - 19.30	Qi Gong				
19.30 - 19.45					
19.45 - 20.00					
20.00 - 20.15		Juniorholdet 13 - 16 år		Meditation/Mindfulness	
20.15 - 20.30					
20.30 - 20.45					
20.45 - 21.00					

Lille springsal

Tider	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Søndag
10.00 - 10.15					Familieholdet 0 - 5 år
10.15 - 10.30					
10.30 - 10.45					
10.45 - 11.00					
15.00 - 15.15				Motionisterne	
15.15 - 15.30					
15.30 - 15.45					
15.45 - 16.00					
16.00 - 16.15	Drenge 5 - 6 år			Drenge 3 - 4 år	
16.15 - 16.30		Far-Mor-Barn 0 - 3 år			
16.30 - 16.45					
16.45 - 17.00			De friske springtøser 7 - 9 år	Piger 3 - 4 år	
17.00 - 17.15	TRX-træning	Piger 5 - 6 år			
17.15 - 17.30					
17.30 - 17.45					
17.45 - 18.00					
18.00 - 18.15	Springdrenge 7 - 9 år	Springdrenge 10 - 12 år	Springpiger 10 - 12 år	Parkour fra 10 år	
18.15 - 18.30					
18.30 - 18.45					
18.45 - 19.00					
19.00 - 19.15		Juniorholdet 13 - 16 år	Sofaholdet	Cirkeltræning	
19.15 - 19.30					
19.30 - 19.45					
19.45 - 20.00					
20.00 - 20.15					
20.15 - 20.30					
20.30 - 20.45					
20.45 - 21.00					

Vigtige datoer

9. september 2019	Sæsonopstart
Uge 39	Forældremøder for børneholdene
Uge 42	Efterårsferie
16. – 17. november 2019	Vejstruktur
17. december 2019	Juletræsarrangement
23. december 2019 – 1. januar 2020	Juleferie
Uge 7	Vinterferie
19. februar 2020	Generalforsamling
28. februar – 1. marts 2020	Forårsopvisning Kalundborg
28. marts 2020	Lokalopvisning Jyderup

**Vi vil gerne ønske jer alle en god sommer og håber at se
jer igen i den kommende sæson**



Jyderup Gymnastik

- Sjov motion for alle -

Støt vores sponsorer – de støtter os



Jyderup Bageren



Tlf. 59276080
jyderupbageren@gmail.com



nyt syn.

HAVNSØ
& F A C A D E
2621 5820

Jesper's
Marineservice

30 51 63 12

www.jespersmarineservice.dk

Linderoth's Varmeteknik
Tlf. 40 20 69 47
www.klvarmeteknik.dk



Murermester

Leif Andersen, Jyderup ApS



LPH-Service
Alt i blikkenslager arbejde
Tlf: 40 33 54 08

v/ Leif Pallisgaard Hansen
Elmegården 9
4450 Jyderup

CVR: 30676416
mail@lphservice.dk
www.lphservice.dk

P. MALMOS A/S
Anlægsgartnermestre
Hovedgaden 92 • Ubby • 4490 Jerslev • Tlf. 59 59 53 42
www.pmalmos.dk



Lampehuset Jyderup

VINICO