



# GymFamily

Familien fælles om formen

GymFamily er for voksne og børn 7 år+ som har lyst til at få sved på panden...SAMMEN.

Alle kan være med. Vi skal træne sammen, hvor vi sørger for at øvelserne passer til jeres niveau.



**KOM SÅ BØRN !!!**

Tag din far, mor, mormor, farfar, moster eller onkel under armen og kom og vær med i 1 times fælles træning.

Man kan bare klare mere efter en times træning om søndagen sammen med sine børn.

## Hvor og hvornår:

Hver søndag på Sct. Nicolai Skole kl. 10-11 (Søndag den 6/1 er det dog i Køge Bugt Gymnastikcenter)

Sæsonstart søndag den 6. januar til søndag den 31. marts.

## Priser:

Kr. 550 for to voksne med op til fire børn

## Tilmelding:

På [www.koegebugt.dk](http://www.koegebugt.dk)

Vi glæder os til at se jer  
GymFamily instruktørerne



Følg os på Facebook "GymFamily – Køge Bugt"