

DINE LOKALE IDRÆTSFORENINGER PGI & SBGI I SÆSON 2026-27

PG = PEDERSBORG GYMNASTIKSAL / PH = PEDERSBORG HALLEN / PT = PEDERSBORG TUMLESAL / SBG = SLAGLILLE BJERNEDE GYMNASTIKSAL

VI HAR EN BRED VIFTE AF TILBUD:

FITNESS, SPRING, BADMINTON, JUMPING FITNES, FAMILIEGYMNASTIK, YOGA OG MEGET MERE!

BØRNEHOLD 1 – 6 ÅR	Alder	Træningstid	Hal	CROSS DANCE	16 år →	Tirsdag 17.45 – 18.45	PT
FORÆLDRE BARN	1 – 3 år	Tirsdag 16.15 – 17.10	PG	JUMPING MED STYRKE	16 år →	Mandag 17.15 – 18.30	PT
RÆS FRÆS MED FORÆLD	2 – 5 år	Torsdag 16.15 – 17.15	PG	JUMPING FITNESS	16 år →	Onsdag 17.00 – 18.00	PT
FREDAGSFRÆS	1 – 3 år	Fredag 16.00 – 17.00	PG	JUMPING FITNESS	16 år →	Lørdag 09.00 – 10.00	PT
HOPPE LOPPE	4 – 5 år	Mandag 16.15 – 17.15	PG	TRX	16 år →	Onsdag 18.15 – 19.00	PT
MIKROSPRING	5 – 6 år	Tirsdag 17.25 – 18.25	PG	TRX	16 år →	Torsdag 17.30 – 18.30	PT
				TRX	16 år →	Lørdag 08.00 – 08.45	PT
BØRNEHOLD 6 – 13 ÅR	Alder	Træningstid	Hal	POLE FITNESS	16 år →	Tirsdag 19.00 – 21.00	PT
MINISPRING	0 – 1 kl.	Onsdag 16.10 – 17.30	PG	POLE FITNESS selvtræn	16 år →	Søndag 10.00 – 12.00	PT
POWERPIGER	2 – 3 kl.	Mandag 17.15 – 18.45	PG				
SALTOTEAM DRENGE	2 – 5 kl.	Torsdag 17.30 – 18.40	PG	MOTION/RYTME	Alder	Træningstid	Hal
PIGESPRING	4 – 6 kl.	Onsdag 17.30 – 19.15	PG	AFTER 8 DAMERYTME	16 år →	Torsdag 19.00 – 20.30	PG
SPRING MAX	3 – 6 kl.	Tirsdag 18.15 – 19.30	PG	ALT FOR DAMERNE	16 år →	Mandag 18.30 – 19.45	SBG
				BEVÆG DIG MAND	16 år →	Tirsdag 18.00 – 19.15	SBG
SPRING OG RYTME 12+	Alder	Træningstid	Hal				
PGI JUNIOR	6 kl. – 16 år	Onsdag 19.00 – 21.00	PG	SENIOR OG SÆRLIGT FOKUS	Alder	Træningstid	Hal
				60+	60 år →	Tirsdag 10.00 – 11.30	SBG
FITNESS	Alder	Træningstid	Hal	STOLEGYMNASTIK**	Alle	Onsdag 16.00 – 17.00	SBG
CROSSGYM	16 år →	Torsdag 19.00 – 19.55	PH				
CROSSGYM OUTDOOR	16 år →	Mandag 17.15 – 18.15					
CROSSGYM INDOOR*	16 år →	Mandag 17.45 – 18.45	PH				
YOGA MORGEN	16 år →	Onsdag 09.00 – 10.15	SBG				
YOGA MEN	16 år →	Torsdag 20.05 – 21.05	PT				



DINE LOKALE IDRÆTSFORENINGER PGI & SBGI I SÆSON 2026-27

BADMINTON - Book bane

FAMILIE BADMINTON

BADMINTON

BADMINTON

BADMINTON

FAMILIE BADMINTON

BADMINTON

BADMINTON

BADMINTON

BADMINTON

BADMINTON

Træningstid

Mandag 16.15 – 17.10

Mandag 18.50 – 19.50

Mandag 19.15 – 20.15

Tirsdag 20.00 – 21.00

Onsdag 16.30 – 17.25

Onsdag 19.30 – 20.30

Torsdag 18.00 – 18.55

Lørdag 08.30 – 09.30

Lørdag 09.30 – 10.30

Søndag 09.30 – 10.30

Hal

PH

PH

PG

PG

PH

PH

PH

PG

PG

PG

DU KAN FINDE MANGE FLERE OPLYSNINGER OM DE ENKELTE
HOLD, SÆSONSTART, KONTINGENT MM PÅ VORES
HJEMMESIDER:

WWW.PGI4180.DK OG WWW.SBGI.DK

TELEFON: 2962 6221

HUSK!

VORES BANKOSPIL I PEDERSBORG
FORSAMLINGSHUS OM TORSDAGEN

MEDLEMSKAB OG FORSKELLIGE
SPIL KØBES I INDGANGEN
DER SPILLES KL. 18.45 - 21.45
DØRNENE ÅBNES KL. 17.00

ALLE ER VELKOMNE!



Støt din
klub, når du
tanker

PGI OK
Gymnastik & Fitness

Kom godt i gang på OK.dk/lokalsporten

HUSK!

DU KAN STØTTE OS MED BÅDE
OK KORT ELLER APP.
DU SKAL VÆLGE PEDERSBORG GYMNASTIK OG
IDRÆTSFORENING UNDER SPONSORSTØTTE.
DER STØTTES MED MINIMUM 5 ØRE PR. LITER
OG PR. KWH.