

## Weekendtræninger

| Dato og tidspunkt                                                             | Sted                   | Hvem?                       |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------|
| Lørdag d. 24/8 kl. 10-12                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Lørdag d. 31/8 kl. 10-12                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 8/9 kl. 9-11                                                        | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 15/9 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 22/9 kl. 10-14<br>Træningsdag (medbring<br>madpakke og godt humør)  | Lyngs Idrætsefterskole | Performance & Søndagsjunior |
| Lørdag d. 28/9 kl. 10-12                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 6/10 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 13/10 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 20/10 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 27/10 kl. 10-14<br>Træningsdag (medbring<br>madpakke og godt humør) | Lyngs Idrætsefterskole | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 3/11 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 10/11 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 17/11 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 24/11 kl. 10-14<br>Træningsdag (medbring<br>madpakke og godt humør) | Staby Efterskole       | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 1/12 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 8/12 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 15/12 kl. 9-11<br>Sidste søndagstræning<br>inden jul                | Idrætscenter Vest      | Performance & Søndagsjunior |

|                                                                              |                           |                             |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| Søndag d. 5/1 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest         | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 12/1 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest         | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 19/1 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest         | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 26/1 kl. 10-14<br>Træningsdag (medbring<br>madpakke og godt humør) | Lyngs<br>Idrætsefterskole | Performance & Søndagsjunior |
| Søndag d. 2/2 kl. 10-14<br>Træningsdag (medbring<br>madpakke og godt humør)  | Lyngs<br>Idrætsefterskole | Performance & Søndagsjunior |

|                                                                              |                   |                              |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------|
| Søndag d. 9/2 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 16/2 kl. 9-11<br>(vinterferie)                                     | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 16/3 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest | Performance og Søndagsjunior |
| Søndag d. 23/3 kl. 10-14<br>Træningsdag (medbring<br>madpakke og godt humør) | Staby Efterskole  | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 30/3 kl. 11-13                                                     | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 6/4 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 13/4 kl. 9-11<br>(Palmesøndag)                                     | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 20/4 kl. 9-11<br>(påskeferie)                                      | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 4/5 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 11/5 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 18/5 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 25/5 kl. 11-13                                                     | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 1/6 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 8/6 kl. 9-11                                                       | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 15/6 kl. 9-11                                                      | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |
| Søndag d. 22/6 kl. 9-11<br>(Afslutning)                                      | Idrætscenter Vest | Performance & Søndagsjunior  |

**Blå = dage med ferier, hvor det skal besluttet om vi vil afholde træning**

**Følgende uger kan vi ikke benytte Den Kristne Friskole:**

- Efterårsferien
- Adventsfest, uge 48
- Juleferien, uge 52 + 1
- Vinterferien, uge 7
- Påskeferien, uge 16
- Festival, uge 14. Tirsdag d. 1. april 2025.

**Opvisningsdage:**

- **Fredag d. 21/2:**  
BI aften (Bøvling Idrætsefterskole) [Performance](#)
- 
- **Lørdag d. 22/2:**  
Nr. Felding: [Performance](#) & [Junior](#)
- **Søndag d. 23/2**  
Lyngs dag: [Performance](#)
- **Søndag d. 2/3**  
Gråkjær Arena: [Performance](#) & [Junior](#)
- **Lørdag d. 8/3**  
Vorgod Barde: [Performance](#)
- **Søndag d. 9/3 mødetid kl. 09.30**  
Tvis: [Performance](#) & [Junior](#)  
Borbjerg: [Performance](#) ca. kl. 13.00
- **Lørdag d. 15/3**  
Snedsted: [Performance](#)
- **Lørdag d. 29/3**  
Vridsted: [Performance](#)
- **Lørdag d. 26/4 kl. 10-14**  
Foreningens egen opvisning med alle gymnaster.

**Power Series (Performanceholdet):**

- Lørdag d. 22/3