

Bra, billig träning, nära dig!

Välkomna

motion och gymnastik sedan 1921



Terminsavgift: Vuxen 700 kr, tillgång till alla pass obegränsat antal gånger. Barn, stavgång och sittgympa 500 kr.

www.raagf.se Tel: 070 - 255 7677 måndagar kl.18-19.



Råå GF är en del av GYMMIX.

Dag	Tid	Pass	Ledare
Vuxenpass	Måndag	09.00-09.50	Stavgång*
		18.00-18.50	Balance
		19.00-19.50	Måndagsgympa
	Tisdag	09.30-10.20	Sittgympa
		18.00-18.50	Kettlebells
		19.00-19.50	Dans/Latin Fusion
	Onsdag	19.00-19.50	Korgboll
	Torsdag	10.00-10.50	Torsdagsgympa
		18.00-18.50	Styrkepass
		19.00-19.50	Pilates
	Söndag	11.00-11.50	Styrkepass

Vuxenmotion hålls i vår nya hall (Råå GF-hallen), Landskronavägen 20, ingång via grindar till baksidan. *Stavgång utgår från Klubbstugan på Råå Hamnplan. För beskrivning av passen – se vår hemsida på www.raagf.se

Dag	Tid	Pass	Ledare
Barnpass	Måndag	17.00-17.50	6-8 år
	Tisdag	17.00-17.50	4-6 år
	Onsdag	17.30-18.50	+ 9 år
	Torsdag	16.30-17.50	+ 8 år
	Lördag	10.00-11.50	+ 9 år
	Söndag	10.00-10.50	Bamsegymna, 2-4 år

Barn gymnastik hålls i vår nya hall (Råå GF-hallen), Landskronavägen 20, ingång via grindar till baksidan. För beskrivning av passen – se vår hemsida på www.raagf.se

Råå GF Höstterminen 2016

Terminen startar den 29 augusti och håller på till och med den 11 december 2016.