

Organisation av Uppsalaflickornas Barn- och ungdomsgymnastik

Fortsättningsgrupp

Krävs vissa förkunskaper. Rolig, allsidig träning av gymnastiska övningar och rörelser på lite mer avancerad nivå. Tävling både individuellt och i grupp.



Ungdomsgymnastik 10 år uppåt

Rolig, allsidig träning av gymnastiska övningar och rörelser. Tävling både individuellt och i grupp.



Ungdomsgymnastik 7-9 år

Rolig, allsidig träning av gymnastiska övningar och rörelser. Tävling både individuellt och i grupp.



Barngymnastik 5-6 år

Rolig, allsidig träning av grundformerna och motorisk utveckling. En blandning av gymnastik och lek.



Barngymnastik 3-4 år

Rolig, allsidig träning av grundformerna och motorisk utveckling. En blandning av gymnastik och lek.

Bamse/familjegymna 0-6 år

Bamsegymna är rolig, allsidig motorisk träning för de allra yngsta (0-6 år) där de tillsammans med Bamse och hans vänner får prova på olika sätt att röra sig och använda både kropp och knopp! Bamsegymna är familjegymnastik där en förälder är med som hjälpledare till sitt/sina barn hela lektionen.