



**EGEVOLDENS IDRÆTS CLUB, GYMNASTIKAFDELING**

[www.eic-gymnastik.dk](http://www.eic-gymnastik.dk)

*Hos os er gymnastik og motion sjovt!*



# Ege voldens Idræts Club byder velkommen til Forårsopvisning 4. april 2025 Avedøre Idrætscenter

## Ungdommens Støtteforening

Støtter børne- og ungdomsarbejdet i gymnastikafdelingen.  
Med tilskud til arrangementer, nye redskaber, transport mv!



## Ege voldens Idræts Club søger nye instruktører

Vi er i fuld gang med at planlægge den nye sæson, der starter september 2025.

Så hvis du går rundt og overvejer at blive instruktør eller hjælpeinstruktør, så skynd dig at sende et par ord i en e-mail til [info@eic-gymnastik.dk](mailto:info@eic-gymnastik.dk).

Vi betaler kurser og uddannelse, hvis du er den rette person til et af vores hold. Vi glæder os til at høre fra dig.

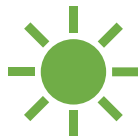
## Vidste du?

At bestyrelsen i gymnastikforeningen er frivillige? Vi bruger derfor vores fritid på arbejdet i foreningen.



## Sommergymnastik

Flere af vores hold har sommergymnastik frem til sommerferien. Tilmelding på vores hjemmeside: [www.eic-gymnastik.dk](http://www.eic-gymnastik.dk)



Gratis adgang for alle



## Sang ved indmarch

Der er et yndigt land,  
det står med brede bøge  
nær salten østerstrand  
nær salten østerstrand.

Det bugter sig i bakke, dal,  
det hedder gamle Danmark,  
og det er Frejas sal,  
og det er Frejas sal.

Vort gamle Danmark skal bestå,  
så længe bøgen spejler  
sin top i bølgen blå,  
sin top i bølgen blå.

## Gode råd til publikum

- Rejs dig for fanen, og syng gerne med.
- Husk, at klappe af de dygtige gymnaster.
- Lad gymnasterne om opvisningen! Hold dig venligst fra opvisningsgulvet.
- Ryd op efter dig og smid dit skrald i skraldespandene og pantflasker i de korrekte spande.

## På gensyn til september



Nyt program vil ligge på hjemmesiden cirka fra uge 25

Har du fået ny mail eller nyt mobilnummer.? Så husk, at opdatere din profil på hjemmesiden, så du får besked, når programmet for næste sæson ligger klart.

Følg os!



[www.eic-gymnastik.dk](http://www.eic-gymnastik.dk)



[Facebook.com/Egevolden](https://www.facebook.com/Egevolden)



EIC.GYMNASTIK

Cirka-tider*	Hold		Instruktører
17.00		Faneindmarch	Alle gymnaster og instruktører
17.10	B02	Piger og drenge 4-5 år	<b>Malene</b> , Olivia og Kaisa
17.25	B04	Piger spring/leg rytme 5-6 år	<b>Frida</b> , Louise, Caroline, Liva og Elisa
17.40	B06	Springpiger 8-9 år	<b>Freja</b> , Sascha, Malene og Bianca
17.55	B03	Piger og drenge 5-7 år	<b>Naja</b> , Nikoline, Nathalie
18.10	V02	Torsdagsrytmerne	<b>Susanne</b>
18.20	B05	Springpiger 6-7 år	<b>Frida</b> , Louise, Caroline og Liva
18.35	B07	Springmix 8-10 år	<b>Freja</b> , Sascha, Naja og Nathalie
18.50	B08	Piger rytme 6-10 år	<b>Linda</b> og Zeynep
19.00	B10	Springmix 11-15 år	<b>Mille og Silke</b>
19.15		Afslutning og faneudmarch	<b>Alle</b> gymnaster og instruktører

\* Alle tider er cirkatider – der kan ske ændringer

Vi opfordrer alle gymnaster og tilskuere til at blive til afslutning og faneudmarch!