

# TeamGym Bellinge

## SÆSON 2025 – 2026

SAMMENHOLD • OPLEVELSER • UDVIKLING

TeamGym Bellinge er klar til en ny sæson med konkurrencegymnastik for både piger og drenge. Se her vores program, hvor der også bydes på Aerial Silks og TeamGym for senior damer og herrer.

### TGB TODDLERS PIGER (3 - 5 ÅR)

TGB begynderhold for piger i alderen 3 - 5 år. Ikke et forældre/barn hold, men mor og far må gerne kigge på.

Holdene arbejder med både rytmisk gymnastik og sjove spring på en masse bløde redskaber.

Onsdag 16.45 - 17.45 (Yngste piger)

Onsdag 16.30 - 17.45 (Ældste piger)

Bellinge Idrætscenter

Tilmelding: [www.teamgymbellinge.dk](http://www.teamgymbellinge.dk)

### TGB NANO PIGER (6 - 8 ÅR)

Vores yngste konkurrencehold, som træner både rytmisk gymnastik og spring i springcenter.

Holdet træner 2 x ugentligt.

#### SPRING:

Dag: Søndag 15.30 - 17.30

Sted: Odense Idrætshal (Springcenter)

#### RYTME:

Dag: Tirsdag 16.30 - 18.30

Sted: Bellinge IC (Kantine/Hal)

Tilmelding: [www.teamgymbellinge.dk](http://www.teamgymbellinge.dk)



TeamGym Bellinge er en lille forening med ca. 220 medlemmer, som primært tilbyder konkurrencegymnastik (Rytme/Bane/Trampet). Vores instruktørteam er selv nuværende eller tidligere elitegymnaster med stor erfaring og uddannelser bag sig.

## TGB DRENGE (5 - 14 ÅR)

Disse to DRENGE-hold træner denne sæson enten 1 x ugentligt (U/8) eller 2 x ugentligt (U/11 + U/14).

Dag: Onsdag 16.00 - 17.30 (Alle)  
Fredag 17.00 - 18.30 (Ældste)

Sted: Springcenter på Ådalskolen

Tilmelding: [www.teamgymbellinge.dk](http://www.teamgymbellinge.dk)



## TGB MINI / JUN PIGER (11 - 16 ÅR)

Vores to ældste konkurrencehold er  
Mini Piger (årgang 2012 - 2014)  
Junior Piger (årgang 2009 - 2011)  
(Junior kun hvis der er gymnaster nok)

### SPRING:

Mandag 17.30 - 19.30 (Odense)  
Torsdag 17.30 - 19.30 (Ådalskolen)

### RYTME:

Tirsdag 18.00 - 20.00 (Bellinge IC)

Tilmelding: [www.teamgymbellinge.dk](http://www.teamgymbellinge.dk)

## TGB MICRO PIGER (9 - 10 ÅR)

Vores Micro Piger træner i denne sæson 3 x ugentligt.  
(Årgang 2015-2017)

### SPRING:

Søndag 17.00 - 19.00 (Odense)  
Torsdag 16.00 - 18.00 (Ådalskolen)

### RYTME:

Onsdag 16.45 - 18.45 (Bellinge IC)

Tilmelding: [www.teamgymbellinge.dk](http://www.teamgymbellinge.dk)

## BEMÆRK

De fleste af vores hold er næsten fuldt tegnet. Der er dog ledige pladser og alle, der ikke optages direkte, kommer på venteliste. Det er gratis at tilmelde.

Tilmeldingen åbner for nye gymnaster allerede nu

**TGB AERIAL SILKS (+8 ÅR)**  
Søndage 13.00 - 18.00

**TGO SENIOR MIX (+17 ÅR)**  
Man - Tirs - Ons - Fredage



Læs mere om vores øvrige hold på foreningens hjemmeside  
[www.teamgymbellinge.dk](http://www.teamgymbellinge.dk).

Sæsonstart uge 35 - 3 første uger er GRATIS

