



Ans IF Gymnastik

OPSTART I

ANS IF GYMNASTIK

INFORMATION OM ALLE BØRNEHOLDENE





FORORD

I denne folder kan du få et overblik af de forskellige hold i Ans IF Gymnastik. Du kan se, hvem der er instruktører på de enkelte hold, hvad de vil arbejde med og træningstiderne.

Vi har fået mange nye instruktører, og kendte ansigter har sagt ja til at fortsætte. Dermed har vi et felt af dygtige instruktører, og vi kan derfor som sædvanligt tilbyde alderssvarende træning på alle vores gymnastikhold. Instruktørerne glæder sig til at komme i gang med at træne jeres børn.

Der fortsætter succesen med vores voksenhold, og disse hold er omtalt i folderen for voksenhold.

Nu håber vi virkelig, at den kommende sæson giver plads til mere træning og ikke som tidligere bliver præget af nedlukninger og begrænsninger pga. pandemien. Vi glæder os nemlig så meget til at komme i gang igen på fuld styrke.

Skulle der mod forventning opstå udfordringer med Corona restriktioner, vil vi hurtigt forsøge at agere og melde evt. ændringer for træning ud via conventus og gymnastikafdelingens facebookside.

Gymnastikudvalget er igen blevet fuldtalligt, og vi glæder os til det kommende arbejde med at udvikle gymnastikafdeling. Vi har allerede flere planer i støbeskeen, som vi informerer nærmere om senere. Har du nogle gode idéer så kontakt os endeligt.

Skulle du have spørgsmål, eller har du lyst til at hjælpe til i gymnastikafdelingen i øvrigt, så kontakt os endelig. Der er altid plads til frivillige kræfter.

I gymnastikafdelingen glæder os rigtig meget til, at vi starter op på en ny sæson igen i uge 36, og vi håber at se mange glade deltagere.

Vi ses :-)

Gymnastikudvalget består af:



Lotte Vad Blichfeldt
Formand og opvisning
28 40 86 96
lotte.ans@gmail.com



Marlene Villadsen
Økonomi og Facebook mm.
60 12 59 98
marlene.villadsen@gmail.com



Maria Rønberg Laursen
Instruktør og materialer
28 25 22 39
mariaroenberg1510@gmail.com



Heidi Hagelskjær Broholt Siim
Administrator og conventus
30 20 72 17
heidi.hagelskjaer@hotmail.com

Sæt allerede nu kryds i kalenderen søndag den 20. marts 2022, hvor vi slutter sæsonen af med et brag af en gymnastikopvisning. Der skal den have max gas efter to år uden opvisning.



FORÆLDRE/BARN

1-3 år (Årgang 2018-2020) - med **1** aktiv forælder

Onsdage kl. 16.15 - 17.00 i Skolehallen

Opstart onsdag den 8. september.

Pris: 400 kr.

Her på forældre/barn holdet skal vi have det sjovt, samtidig med vi udfordrer og stimulere sanserne, motorikken og fantasien! Vi skal hoppe, synge og lege. Vi skal kravle, gå og danse. Vi skal balancere, løbe og slå kolbøtter!

Som instruktører vil vores fokus være på, at vi får skabt et rart og trygt sted at være. Vi vil have et stærkt fokus på hvad der optager børnene, og hvad der giver dem smil på læberne. :-)

Som forældre går vi foran som det gode eksempel, så husk derfor at både små og store skal være omklædt i tøj, som giver plads til leg og bevægelse. Her hos os er der ingen krav til kunnen, så kom og vær med til en hyggelig stund med Jeres barn. Her er plads til alle, og vi glæder os til at se Jer!

Instruktører:



Josephine

Jeg hedder Josephine og bor i Ans, sammen med min mand og vores to døtre. Astrid på 2,5 år og Anna på 6 måneder. Til daglig arbejder jeg på Ans Skole i inklusionscentret, hvor jeg er socialpædagog. Jeg har ikke før været gymnastik instruktør, men har de sidste to år selv deltaget med Astrid. Hende har jeg også med i år. Jeg glæder mig til, at mødes med jeres børn og jer om onsdagen, til en masse sjov og leg.



Pernille

Jeg hedder Pernille og er 30 år gammel, og bor i Ans med min kæreste og datter. Min erfaring med gymnastik er meget begrænset, og det er første gang jeg skal være instruktør. Min datter Olivia har været med de sidste 2 sæsoner, og skal også være med denne gang. Til daglig arbejder jeg i en børnehave i Thorsø, så jeg ved en masse om motorik og bevægelse med små børn. Glæder mig til nogle hyggelige stunder med jer og jeres børn.



HOPPELOPPERNE

3-5 år (Årgang 2016-2018). Helt selv - uden forældre

Onsdage kl. 17.00-18.00 i Skolehallen

Opstart onsdag den 8. september.

Pris: 400 kr.

Hos hoppelopperne skal vi styrke barnets motorik gennem leg. Vi skal løbe, hoppe, kravle, trille, balancere, slå kolbøtter og lege med små og store redskaber. Vi skal bruge fantasien, synge og have det sjovt. I starten kan en voksen følges med barnet til gymnastik og deltage aktivt. Der vil derefter være en overgang, hvor barnet skal lære at have tillid og tryghed til selv at gå til gymnastik, og den voksne venter udenfor.

Instruktører:



Heidi

Mit navn er Heidi. Jeg har altid lavet gymnastik, og startede på lokalforeningshold som barn, og er nu på after rep.hold. Jeg har tidligere været instruktør for lokalforeningshold, junior- og ynglingehold. I tre sæsoner har jeg været instruktør for forældre-barn holdet og forrige år på Hoppelopperne i Ans. Igen i år skal jeg have min søn Villum med på hoppelopperne. Jeg glæder mig til vi ses.



Elinborg

Jeg bor i Ans sammen med min kæreste. Jeg har siden, jeg var ganske lille beskæftiget mig med gymnastik primært på konkurrenceplan. Jeg har dyrket især idrætsgymnastik, men også springgymnastik og har været på det færøske landshold. Jeg har undervist børn og unge i gymnastik i mange år. I 2013 blev jeg uddannet som dommer i idrætsgymnastik og har siden dømt konkurrencegymnastik i Norden. Jeg har nu boet i Ans i 2 år og underviste Hoppelopperne for første gang i fjor. Jeg glæder mig meget til at være instruktør igen og håber på, at vi alle sammen får et fantastisk gymnastikår



Nina

Jeg hedder Nina og er 30 år. Sidste år var jeg instruktør for de små på forældre/barn holdet. Jeg har to børn, som begge holder meget af gymnastik, og den yngste skal være med på holdet i år. Jeg synes, at det er fantastisk at se børnene udfolde sig til gymnastik, hvor de udvikler deres motorik og sammen tidligt skaber nogle gode venskaber.





KRUDTUGLERNE

0.-1. klasse (Årgang 2014 - 2015)

Mandage kl. 16.30 - 17.30 i Skolehallen

Opstart mandag den 6. september.

Pris: 400 kr.

Vi skal i denne sæson arbejde med forskellige grundelementer ved og i gymnastikken. Vi skal udfordre vores koordinering, balance og styrke. Vi skal lege, danse, hoppe og springe - alt sammen i et højt tempo og med masser af sjov. Vi glæder os til at se en masse glade og friske krudtugler, der er klar på at lære nye spring og er klar på at lave små rytmesekvenser til god musik.

Instruktører:



Ida

Mit navn er Ida, og dette er mit første år som instruktør i Ans. Jeg har tidligere været træner på mindre gymnastikhold og har selv været aktiv udøver, blandt andet flere år på et udtaget rytme/teknik-hold i Thy. Jeg har deltaget i DM for efterskoler i både spring og rytme. Til dagligt arbejder jeg som fotograf på Flyvestationen i Karup. Jeg glæder mig meget til mandagene i selskab med jer.



Marianne

Mit navn er Marianne, og jeg bor i Ans med mine to børn på 7 og 13 år - hvoraf den yngste bliver en del af holdet. Jeg har aldrig selv gået til gymnastik, men glæder mig meget til at blive en del af instruktørholdet og sikre børnene nogle dejlige timer på Krudtugleholdet. Til dagligt arbejder jeg som Regnskabs- og Juridiskchef i en softwarevirksomhed i Aarhus.

HIMMELHOPPERNE

2.- 3. klasse (Årgang 2012 - 2013)

Onsdage kl. 18.00 - 19.15 i Skolehallen

Opstart onsdag den 8. september.

Pris: 425 kr.

Himmelhopperne er et hold for alle. Der kommer mere og mere fokus på det færdige spring. Der vil blive masser af spring igennem leg og tons. Som himmelhopper bliver man god til at stå på hænder, lave saltoer, flikflak og meget meget mere. Der vil stå et hold af super motiverede trænere klar til at gøre dig til en ægte himmelhopper.

Instruktører:



Rasmus

Jeg har selv fra barnsben brugt rigtig meget tid på gymnastik på diverse lokalhold, Juniorhold og udtaget egnshold indenfor DGI. Jeg har også tidligere været aktiv konkurrence-gymnast indenfor disciplinen Teamgym på Gjellerup SDR. og på Junior landsholdet. Jeg er uddannet elektronik ingeniør, og arbejder til hverdag på Grundfos som HW udvikler. Jeg glæder mig til en god sæson med gymnastik og spring.



Anders

Jeg har gjort mine folder som gymnast på alt fra lokalhold til udtaget DGI-hold og er gammel konkurrence gymnast. Jeg har været træner på DGI's egnshold for junior, ynglinge og senior, gymnastiklærer på Lomborg & Flemming efterskole og jeg har trænet senior herre konkurrence. I 2014 blev jeg uddannet fysioterapeut og har nu egen klinik i Viborg. Jeg glæder mig til at arbejde og lege med gymnastikken i Ans.

POWERKIDS

Fra 4. klasse og op

Mandage kl. 17.45 - 19.00 i Skolehallen

Opstart mandag den 6. september.

Pris: 425 kr.

Først og fremmest skal vi have det sjovt. Vi skal lege med gymnastikken, udfordres motorisk og styrke musklerne i hele kroppen. Vi skal lave små rytmesekvenser til musik. Vi skal lave alle mulige forskellige sjove og seje spring både på måtte og trampolin: fx håndstand, vejrmøller, araberspring, flik-flak, kraftspring, overslag og salto. Vi skal også eksperimentere med parkour og andet inspireret af gymnastikken,

Instruktører:



Nicolaus

Jeg hedder Nicolaus, og bor i Iller sammen med min familie. Til hverdag er jeg lærer på en idrætsefterskole. Jeg stiftede for alvor bekendtskab med gymnastikken under min uddannelse på Silkeborg Seminarium. Siden har jeg undervist i gymnastik på mange klassetrin som en del af idrætsundervisningen, og jeg har været instruktør i Ans de sidste 5 sæsoner på holdet powerkids.



Mads

Jeg hedder Mads og bor i Ans med mine familie. I det kommende år skal jeg være vikar på Ans Skole, da jeg her til sommer er blevet student. I fritiden spiller jeg håndbold på seniorholdet i Ans IF. Jeg har aldrig rigtig gået til gymnastik, da jeg var mindre, men jeg elskede at springe rundt på havetrampoliner og lignende. Da jeg gik på efterskole, fik jeg rigtig gymnastikken ind på livet og var helt vild med det. Derfor ser jeg meget frem til at være instruktør for Powerkids holdet i år.





A n s I F G y m n a s t i k

TILMELDING

Tilmelding og betaling sker på Ans IF's hjemmeside,
og det skal man gøre senest 3. gang, man træner.

Gå ind på www.ansif.dk
Vælg kontingent,
Vælg gymnastik,
Vælg hold

Derefter udfyld med dit BARNs navn og fødselsdag osv.

Udfyld mailadresse, så det er muligt for instruktører
at sende informationer til alle forældre pr. mail.

*Jer der er oprettet i systemet må gerne lige kontrollere,
at alle oplysninger som mail-adresse og tlf. nr.
er opdaterede og korrekte*

