

# Golvgympa-2011

Under såväl höst som vår håller drygt 30 medlemmar igång med gymnastik i Tumba Idrottshus. Varje tisdag mellan 18 -19 sker detta under Jenny Strandljungs ledning. Hon sätter ihop nya trevliga program inför varje ny vår- och hösttermin.

Alla är välkomna att delta och man behöver bara göra de övningar man själv anser sig orka med.

*Här nedan några bilder!*

*Birger Höglund*

**Exempel på övningar:**



**Här gör vi lite små knäböj:**



**Träning av armar och ben:**



**Jenny avtackas inför Juluppehållet:**



Lite eftersnack i bland "gubbarna":

