Familjegympan riktar sig främst till barn mellan åldrarna 2 – 4 år men även yngre och äldre barn är välkomna. Vi brukar börja med att samla barnen i en ring och låta dem en och en säga sitt namn. Sedan får barnen med stöd av föräldrarna ta sig igenom en uppbyggd bana innehållande plintar, bänkar, rep, m.m. Avslutningsvis sker en gemensam lek, ofta ”kom alla barn” då de får springa och gestalta ett djur, maskin, etc. Under 2022 startades familjegympan i mitten av februari då Corona hindrade en tidigare start. Vi hade sommaruppehåll från mitten av juni till mitten av augusti och vi avslutade gympan i mitten av december. Antalet deltagande barn brukar vara cirka 20 stycken men har varierat från cirka 10 stycken vissa tillfällen i juni till cirka 30 stycken vid början av terminerna.