



Íþróttamiðstöðvar í Garði og Sandgerði.

Mánudagur		Þriðjudagur		Miðvikudagur		Fimmtudagur		Föstudagur		Laugardagur
Garður	Sandgerði	Garður	Sandgerði	Garður	Sandgerði	Garður	Sandgerði	Garður	Sandgerði	Sandgerði
16:00-17:15 4.fl. dre. R / V	15:00-16:00 6 og 7.fl.stú R/V	15:00-15:50 7.fl.stú R/V	16:20-17:00 8.fl.dr./stú. Reynir	16:30-17:20 7.fl.dre. R / V	15:00-15:50 7.fl. Stú. R / V	15:30-16:20 7.fl. stú. R / V	15:00-16:00 6.fl. stú. R / V	14:30-15:30 6.fl. stú. R / V	15:00-16:00 6.fl. dre. R / V	12:00 -13:00 7.fl.dre. R/V
17:15-18:30 3.fl. dre. R / V	17:00-18:00 5.fl.dre. R/V	17:00 -17:50 7.fl. dre. R / V		17:20-18:10 6.fl.dre. R/V		16:20-17:00 8.fl.dre./stú. Víðir	17:10 -18:00 7.fl.dre. R/V	15:30-16:45 3.fl. dre. R / V	17:00-18:00 4.fl.dre. R / V	13:00 -14:00 6.fl. dre. R / V
		17:50 -18:40 6.fl. dre. R / V		18:10-19:30 5.fl. dre. R / V		17:00-18:30 4. fl. dre. R / V		16:45-18:00 5.fl. dre. R / V		

Reykjaneshöll	Reykjaneshöll	Reykjaneshöll	Reykjaneshöll	Reykjaneshöll
	5.fl. stú. 15:00 - 16:00		5.fl. stú. 15:30- 16:30	5.fl.stú. 15:00 - 16:00
	4.fl. stú. 15:45 - 17:00		4.fl.stú. 16:15 - 17:30	4.fl.stú. 15:45 - 17:00

Guðjón Árni Antoníusson.	Yfirþjálfari yngriflokka	GSM: 847-9707 gudjon.arni@gmail.com
Arnar F. Smáráson	4.fl.drengja R/V	GSM: 616-8079 arnarsmarason@gmail.com
Jón Ragnar Ástþórsson	5. flokk drengja R/V	GSM: 895-5651 jonra@internet.is
Eysteinn S. Elvarsson.	7. og 6. fl.drengja R/V	GSM: 846-0965 eysteinn.elvarsson@gmail.com
Arnar F. Smáráson	6.fl.stúlkna R/V	GSM: 616-8079 arnarsmarason@gmail.com
Eva Rut Vilhjálmsdóttir	7.fl.stúlkna R/V	GSM: 868-9502 eva.rut@simnet.is
Ásdís Þorgilsdóttir	4. flokk stúlkna RKV	GSM: 891-8077 asdis@einka.is
Ásdís Þorgilsdóttir	5. flokk stúlkna RKV	GSM: 891-8077 asdis@einka.is
Skúli Sigurðsson	aðstoðarmaður með 4.fl.stú.	

Gert er ráð fyrir að 7.fl.dr. æfi tvisvar sinnum í viku í sínum heimabæ. Einhverjir foreldrar munu fara á milli á 3. og 4. æfinguna, en unglingaráð hvetur foreldra til að huga að andlegri og líkamlegri heilsu barnsins og hugsa um knattspyrnuframfarir sem margra ára ferli.

Fjórar æfingar á viku í langan tíma getur verið of mikið fyrir svo unga iðkendur.

16. nóvember 2016