

Íþróttamiðstöðin Borgarnesi 2018

	Mán	Þri	Mið	Fim	föst	Lau	Sun
07:00 - 08:00	Morgunæfingar Karfa		Morgunæfingar Karfa		Morgunæfingar Karfa		
08:10 - 12:00	Skóli/	Skóli	Skóli	Skóli	Skóli		
12:00 - 12:40							
12:40 - 13:20	Skóli	Skóli	Skóli		Skóli		
13:30 - 14:10	Skóli/ GB U	Skóli	Skóli	Skóli/ GB M	Skóli/ GB U		
14:15 - 14:40	1.-2.flk strákar og stelpur	Skóli	Skóli	Fótbolti 6 flk kk inni/ kvk úti	Fótbolti 7 flk kk og kvk		
14:40 - 15:05	1.-2.flk strákar og stelpur	Skóli/MB	Skóli	Fótbolti 6 flk kk inni/ kvk úti	Fótbolti 7 flk kk og kvk		
15:05 - 15:30	3-4. flk Stelpur / 3-4. flk Strákar	Skóli/MB	Skóli/ GB Uval	1.-2.flk strákar og stelpur	Fótbolti 6 flk kk (úti) kvk(inni)		
15:30 - 15:55	3-4. flk Stelpur / 3-4. flk Strákar	7-10. flk kvk / 8-10. flk KK	Fótbolti 7 flk kk og kvk	1.-2.flk strákar og stelpur	Fótbolti 6 flk kk (úti) kvk(inni)	09:00 Íþróttaskóli	09:00 Tækniæfingar
15:55 - 16:20	Fótbolti 6 flk. Kvkv inni kk úti /Frjálsar 1.-4.	7-10. flk kvk / 8-10. flk KK	Fótbolti 7 flk kk og kvk	3-4. flk Stelpur / 3-4. flk Strákar	Badminton 1.-5. bekkur	10:00 Íþróttaskóli	10:00 Ringo
16:20 - 16:45	Fótbolti 6 flk. Kvkv inni kk úti /Frjálsar 1.-4.	Frjálsar 5. -7. bekkur	Badminton 1.-5. bekkur	3-4. flk Stelpur / 3-4. flk Strákar	Badminton 1.-5. bekkur	11:00 Boccia	11:00 3-4. flk Stelpur / 3-4. flk Strákar
16:45 - 17:10	5-6. flk strákar/ 5-6.flk stelpur	Frjálsar 5. -7. bekkur	Badminton 1.-5. bekkur	5-6. flk strákar	Badminton 6.bekkur og eldri	12:00 Mfl. Karla	12:00 5-6. strákar / 5-6.bekkur stelpur
17:10 - 17:35	5-6. flk strákar/ 5-6.flk stelpur	Frjálsar 8. bekkur og eldri	Badminton 6.bekkur og eldri	5-6. flk strákar	Badminton 6.bekkur og eldri	13:00 Mfl. Karla	13:00 8-10.flk strákar
17:35 - 18:00	7-10. flk kvk	Frjálsar 8. bekkur og eldri	Badminton 6.bekkur og eldri	5-6.flk stelpur / 7-10. flk kvk	5-6.flk stelpur	14:00 Mfl. Kvenna	14:00 8-10.flk strákar / 7-10.flk stelpur
18:00 - 18:25	7-10. flk kvk	Mfl. Kvenna	5-6. flk strákar	5-6.flk stelpur / 7-10. flk kvk	5-6.flk stelpur	15:00 Mfl. Kvenna	15:00 7-10.flk stelpur
18:25 - 18:50	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	5-6. flk strákar	Mfl. Kvenna	8-10. flk KK	16:00 Mfl. Kvenna	16:00 Blak
18:50 - 19:15	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	8-10. flk KK	Mfl. Kvenna	8-10. flk KK	17:00	17:00 Blak
19:15 - 19:40	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	8-10. flk KK	Mfl. Kvenna	8-10. flk KK		
19:40 - 20:05	Mfl. Karla	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	Mfl. Kvenna	Mfl. Kvenna		
20:05 - 20:30	Mfl. Kvenna	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	Ringó	
20:30 - 20:55	Mfl. Kvenna	Mfl. Karla	Mfl. Karla	Mfl. Karla	Mfl. Kvenna	Badminton	
20:55 - 21:20	Mfl. Kvenna	Mfl. Karla	Mfl. Karla	Mfl. Karla	Mfl. Karla	Blak	
21:20 - 21:45	Mfl. Kvenna		Mfl. Karla	Old boys Karfa	Mfl. Karla	Körfubolti	
21:45 - 22:10	1.flokkur			Old boys Karfa	1.flokkur	Fótbolti	
22:10 - 22:35	1.flokkur				1.flokkur	Frjálsar	
22:35 - 22:45	1.flokkur				1.flokkur	Boccia	

FLOKKUR	ÞJÁLFARI	SÍMI/NETFANG
1.-2. bekkur strákar	Sigrún Sjöfn Ámundadóttir	893-5678
1.-2. bekkur stelpur	Sigrún Sjöfn Ámundadóttir	893-5678
3.-4. bekkur strákar	Almar Örn Björnsson	774-8883 / almarob15@menntaborg.is
3-4. bekkur stelpur	Arna Hrönn Ámundadóttir og Birta Þórðardóttir	arnaha17@menntaborg.is
5.-6. bekkur stelpur	Rúnar Ólason	847-2146 / runarolason@gmail.com
5-7. bekkur strákar	Pálmi Þór Sævarsson	843-4902
7.-10.fl KVK og stúlknafl.	Sigrún Sjöfn Ámundadóttir	893-5678
8.-10.fl KK	Hörður Unnsteinsson	847-9356 / hoddinnst@gmail.com
Drengja og unglingsaf.	Finnur Jónsson	
Mfl. KK	Finnur Jónsson	
M.fl. KVK	Ari Gunnarsson	
1.fl. KK		
Karfa einstaklingsæfingar	Hörður Unnsteinsson	847-9356 / hoddinnst@gmail.com
Yfirþjálfari yngri flokka	Hörður Unnsteinsson	847-9356 / hoddinnst@gmail.com