

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 og kvk	Fótbolti 7.flk kk og kvk		
14:40 - 15:05	1.-2.flk strákar og stelpur	Skóli/MB	Skóli	Fótbolti 6. flk.kk og kvk	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 og kvk		
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 og kvk	09:00 Íþróttaskóli	09:00 Tækniæfingar
15:55 - 16:20	Fótbolti 6. flk.kk og kvk/ frjálsar 1.-4. bekkur	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.kk og kvk/ frjálsar 1.-4. bekkur	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. - drengja/ungl	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. - drengja/ungl	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. - drengja/ungl	14:00 8-10.flk strákar / 7-10.flk stelpur
18:00 - 18:25	7-10. flk kvk	Mfl. - drengja/ungl	5-6. flk strákar	5-6.flk stelpur / 7-10. flk kvk	5-6.flk stelpur	15:00 Mfl. - drengja/ungl	15:00 7-10.flk stelpur
18:25 - 18:50	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	5-6. flk strákar	Mfl. - drengja/ungl	8-10. flk KK	16:00	16:00 Blak
18:50 - 19:15	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	8-10. flk KK	Mfl. - drengja/ungl	8-10. flk KK	17:00	17:00 Blak
19:15 - 19:40	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	8-10. flk KK	Mfl. - drengja/ungl	8-10. flk KK		
19:40 - 20:05	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl		
20:05 - 20:30	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Ringo	
20:30 - 20:55	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Badminton	
20:55 - 21:20	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Blak	
21:20 - 21:45	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Körfubolti	
21:45 - 22:10	1.flokkur	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	1.flokkur	Fótbolti	
22:10 - 22:35	1.flokkur	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	1.flokkur	Frjálsar	
22:35 - 22:45	1.flokkur	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	Mfl. - drengja/ungl	1.flokkur	Boccia	

FLOKKUR	ÞJÁLFARI	SÍMI/NETFANG	FLOKKUR	ÞJÁLFARI	SÍMI/NETFANG
1.-2. bekkur strákar	Sigrún Sjöfn Ámundadóttir				
1.-2. bekkur stelpur	Sigrún Sjöfn Ámundadóttir				
3.-4. bekkur strákar	Almar Örn Björnsson				
3-4. bekkur stelpur	Arna Hrönn Ámundadóttir				
5.-6. bekkur stelpur	Rúnar Ólason				
5-7. bekkur strákar	Pálmi Þór Sævarsson				
7.-10. fl KVK og stúlknaf.	Sigrún Sjöfn Ámundadóttir				
8.flk strákar	Hörður Unnsteinsson				
9.-10. fl KK	Hörður Unnsteinsson				
Drengja og unglíngaf.	Finnur Jónsson				
Mfl. KK	Finnur Jónsson				
M.fl. KVK	Arí Gunnarsson				
1.fl. KK					
Karfa einstaklingsæfingar	Hörður Unnsteinsson				
Yfirþjálfari yngri flokka	Hörður Unnsteinsson	847-9356 / hoddinnst@gmail.com			