

Íþróttamiðstöðin Borgarnesi Haust 2020

	Mán	Þri	Mið	Fim	Föst		Lau	Sun
06:20- 07:10	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	3-4. flk kvk/ 3-4. flk kk	MB	Badminton 1.-5. bekkur	Fótbolti 7. flk kk	Badminton 1.-5. bekkur			
14:40 - 15:05	3-4. flk kvk/ 3-4. flk kk	MB	Badminton 1.-5. bekkur	Fótbolti 7. flk kk	Badminton 1.-5. bekkur			
15:05 - 15:30	1.-2.flk kk og kvk	MB	Badminton 6.bekkur og eldri	1.-2.flk kk og kvk	Badminton 6.bekkur og eldri			
15:30 - 15:55	1.-2.flk kk og kvk	7-8.flk kvk	Badminton 6.bekkur og eldri	1.-2.flk kk og kvk	Badminton 6.bekkur og eldri	09:00	Íþróttaskóli	09:00
15:55 - 16:20	Fótbolti 7. fl kvk	7-8.flk kvk	Fótbolti 7. fl kvk	3-4. flk kvk/ 3-4. flk kk	Fótbolti 7. fl kvk	10:00	Íþróttaskóli	10:00
16:20 - 16:45	Fótbolti 7. fl kvk	Frjálsar 1.-4. bekkur	Fótbolti 7. fl kvk	3-4. flk kvk/ 3-4. flk kk	Fótbolti 7. fl kvk	11:00	Boccia	11:00
16:45 - 17:10	5-6. flk kk 5-6.flk kvk	Frjálsar 1.-4. bekkur	Fótbolti 6 fl kvk	5-6.flk kvk / 5-6. flk kk	Fótbolti 6. fl kvk	12:00	M.fl. KK 12:00-13:30	12:00
17:10 - 17:35	5-6. flk kk 5-6.flk kvk	Frjálsar 5. bekkur og eldri	Fótbolti 6 fl kvk	5-6.flk kvk / 5-6. flk kk	Fótbolti 6. fl kvk	13:00	Mfl. KK/KvK	13:00
17:35 - 18:00	7-8. flk kvk / 7-9. flk KK	Frjálsar 5. bekkur og eldri	7-9.flk kk	7-8.flk kvk	5-6.flk kvk / 5-6. flk kk	14:00	Mfl. KVK 13:30-15:00	14:00
18:00 - 18:25	7-8. flk kvk / 7-9. flk KK	9-10. flk kvk / drengjaflokkur	7-9.flk kk	7-8.flk kvk	5-6.flk kvk / 5-6. flk kk	15:00	1. flk + unglingsflokkur	15:00
18:25 - 18:50	Mflk. Kvenna	9-10. flk kvk / drengjaflokkur	Mflk. Kvenna	7-9.flk kk	9-10. flk kvk	16:00		16:00
18:50 - 19:15	Mflk. Kvenna	Mflk. Kvenna	Mflk. Kvenna	7-9.flk kk	9-10. flk kvk	17:00		17:00
19:15 - 19:40	Mflk. Kvenna	Mflk. Kvenna	Mflk. Kvenna	9-10.flk kvk	Mflk. Kvenna			18:00
19:40 - 20:05	Mflk. Kvenna	Mflk. Kvenna	Mflk. Karla	9-10.flk kvk	Mflk. Kvenna			
20:05 - 20:30	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Mflk. Kvenna		Ringo	
20:30 - 20:55	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Mflk. Karla		Badminton	
20:55 - 21:20	Mflk. Karla	Mflk. Karla	Drengjaflokkur	Drengjaflokkur	Mflk. Karla		Blak	
21:20 - 21:45	Mflk. Karla	1.flokkur	Drengjaflokkur	Drengjaflokkur	Mflk. Karla		Körfubolti	
21:45 - 22:10	1.flokkur	1.flokkur	Drengjaflokkur	Drengjaflokkur			Fótbolti	
22:10 - 22:35	1.flokkur	1.flokkur	Drengjaflokkur	Drengjaflokkur			Frjálsar	
22:35 - 22:45	1.flokkur	1.flokkur	Drengjaflokkur	Drengjaflokkur			Boccia	

Æfingar úti fótbolti

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Sunnudagar
6 fl kvk		15:00-16:00		14:30 - 15:30		
6.flokkur kk		16:00-17:00	15:30-16:30			
5. flokkur kvk		17:00-18:00	16:30-17:30	18:00-19:00		
5. flokkur kk	18:00-19:00		17:30-18:30		16:00-17:00	
4.flokkur kk	Akranes 16:00 - 17:15	Borganes 18:00-19:15		Borgarnes 16:00-17:15	Akranes 16:00 - 17:15	
4.flokkur kvk	Akranes 16:00 - 17:15	Borganes 17:00-18:00	Akranes 15:00 - 17:15	Borgarnes 16:00-17:15		
3. flokkur kk	Akranes 19:45 - 21:00	Borganes 18:00-19:15	Akranes 19:45 - 21:00	Borgarnes 16:00-17:15		Akranes 10:15-11:30
3. flokkur kvk	Akranes 18:30 - 19:45	Borganes 18:00-19:15		Borgarnes 16:00-17:15		Akranes 9:00-10:15

Flokkaskipting í fótbolta

- 8. flokkur 6 ára
- 7. flokkur 1-2 bekkur
- 6. flokkur 3.-4. bekkur
- 5. flokkur 5.-6. bekkur
- 4. flokkur 7.-8. bekkur
- 3. flokkur 9.-10 bekkur

Allar skráningar inn á
umsb.felog.is

Kenpo karate í Menntaskólanum fyrir 10 ára og eldri

Mánudagur	Miðvikudagur	Föstudagur
15:30 - 16:30	15:30 - 16:30	15:30 - 16:30
16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00

Parkaour litli salur í íþróttahúsinu í Borgarnesi

föstudaga 8 - 10 ára 15:00-15:50	
Föstudaga 11 ára og eldri 16:00 - 16:50	