



Salur 5 (Parket)

Frá	Til	Mánudagur
06:00	07:00	Átaksnámskeið (Dódó)
16:45	17:25	Styrkur, kviður, teygjur (Bryndís G)
17:30	18:30	Átaksnámskeið (Dódó)
Frá	Til	Þriðjudagur
06:05	06:35	Tabata (Almar)
13:00	14:00	HVER tabata (Bára)
10:45	11:35	Afreksíþróttasvið FVA
11:35	12:30	Afreksíþróttasvið FVA
15:30	16:00	Sundfélagið B-hópur (Bjarney)
Frá	Til	Miðvikudagur
06:00	07:00	Átaksnámskeið (Dódó)
16:45	17:25	Styrkur, kviður, teygjur (Bryndís G)
17:30	18:30	Átaksnámskeið (Dódó)

Frá	Til	Fimmtudagur
06:05	06:35	Tabata (Almar)
11:00	12:00	HVER tabata (Bára)
14:40	15:10	Sundfélagið C-hópur (Kjell)
17:30	18:30	Átaksnámskeið (Dódó)
Frá	Til	Föstudagur
06:00	07:00	Átaksnámskeið (Dódó)
15:00	15:30	Sundfélagið B-hópur (Bjarney)

Frá	Til	Laugardagur

Frá	Til	Sunnudagur

Prentað 02.10.17 HKA