

Preksalur - 2				Spinningsalur - 4		
Frá	Til	Mánudagur		Frá	Til	Mánudagur
14:20	15:20	Brekkubær, þrek (Sigga)				
16:00	17:00	2. fl. kvenna (Aníta)				
17:00	18:00	3 fl. kvk (Skarpi)				
18:00	20:00	2. fl. karla (Siggi Jóns)		17:20	18:30	Spinning (Krissy)
20:00	21:00	Kári (Lúlli)				
Frá	Til	Þriðjudagur		Frá	Til	Þriðjudagur
				06:10	07:10	Spinning (Elsa)
10:45	11:35	Afreksíþróttasvið FVA				
11:35	12:30	Afreksíþróttasvið FVA				
16:00	17:00	VÍFA (Jói Pétur)				
17:00	19:00	Mfl. Karla ATH				
19:00	20:00	Dómarafélag (Steinar Berg)		19:20	20:30	Skipaskagi, hjólahópur (Alexander)
Frá	Til	Miðvikudagur		Frá	Til	Miðvikudagur
16:00	17:00	VÍFA (Jói Pétur)				
17:00	18:00	Mfl. Karla (Jói Kalli)				
18:00	19:00	Karlapúl (Jói Pétur)		17:20	18:30	Spinning (Krissy)
Frá	Til	Fimmtudagur		Frá	Til	Fimmtudagur
06:00	07:15	Sundfélagið A- hópur (Kjell)		06:10	07:10	Spinning (Elsa)
13:40	15:00	Grundaskóli "Skólahreystival" Dódó				
				19:20	20:30	Skipaskagi, hjólahópur (Alexander)
Frá	Til	Föstudagur		Frá	Til	Föstudagur
13:00	14:00	VÍFA (Jói Pétur)		06:15	07:00	Skipaskagi, hjólahópur (Alexander)
15:30	16:30	Mfl. Karla (Jói Kalli)				
16:30	17:30	Mfl. Kvenna ()				
Frá	Til	Laugardagur		Frá	Til	Laugardagur
10:00	11:15	Kári (Lúlli)				
11:15	12:15	2. fl. karla (Siggi Jóns)				
Frá	Til	Sunnudagur		Frá	Til	Sunnudagur
				09:00	11:00	Skipaskagi, hjólahópur (Alexander)