

Æfingatafla Handknattleiksdeildar ÍR vor 2017

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur	Þjálfarar
9.fl.barna ('12, '11.)							Breiðholtsskóli 10:00-10:45	Bogi Örn Jónsson, Ingólfur Arnar Þorgeirsson, Díana Sif Gunnlaugsdóttir
8.fl.barna ÍR-ungar ('09, '10.)	Austurberg Kl.15:00-16:00				Austurberg Kl.15:00-16:00			Brynjar Valgeir Steinarsson 660-8508 brynjarvs@gmail.com
7.fl.ka. ('07 og '08)		Breiðholtsskóli Kl.15:15-16:15	Seljaskóli Kl.16:00-17:00		Austurberg Kl.16:00-17:00			Brynjar Valgeir Steinarsson 660-8508 brynjarvs@gmail.com
7. fl.kv. ('07 og '08)		Breiðholtsskóli Kl.16:15-17:15	Breiðholtsskóli Kl.15:15-16:30		Austurberg Kl.15:00-16:00			Brynjar Valgeir Steinarsson 660-8508 brynjarvs@gmail.com
6.fl.ka. ('05 og '06)	Austurberg 16:00-17:00	Seljaskóli Kl.15:00-16:00		Breiðholtsskóli Kl.16:30-17:40				Bjarni Fritzson, 692-7407 bjarnif@hi.is Brynjar Valgeir Steinarsson 660-8508 brynjarvs@gmail.com
6.fl.kv. ('05 og '06)	Breiðholtsskóli 16:30-17:45		Seljaskóli Kl.15:00-16:00		Seljaskóli Kl.15:00-16:00			Tinna Baldursdóttir 695-2331 tinnabaldurs@gmail.com
5.fl.ka. ('03 og '04)	Austurberg 17:00-18:10		Austurberg 16:00-17:00	Breiðholtsskóli 17:40-19:00	Breiðholtsskóli 16:30-17:30			Finnbogi Grétar Sigurbjörnsson 661-0071 finnbogi@vordur.is
5.fl.kv. ('03 og '04)	Breiðholtsskóli Kl.17:45-19:00		Seljaskóli Kl.17:00-18:00	Breiðholtsskóli Kl.15:30-16:30		Austurberg Kl.9:00-10:10		Sif Mariúðóttir 869-1034 majudottir@gmail.com
4.fl.ka. ('01 og '02)	Seljaskóli Kl. 19:30-20:40	Austurberg 17:00 – 18:10	Austurberg 17:00 – 18:10	Lyft / Austurb 18:00-19:00		Austurberg Kl.10:10-11:20		Finnbogi Grétar Sigurbjörnsson 661-0071 fgslfc@gmail.com
4.fl.kv. ('01 og '02)	Seljaskóli Kl.20:40-21:50	Lyft / Austurb 17:00-18:00	Seljaskóli Kl.19:30-20:40	Austurberg Kl.17:00-18:10		Austurberg Kl.12:30-13:40		Gunnar Valur Arason 780-3011 gunnarvalur@hotmail.com
2./3.fl.ka. ('96 - '00)	Austurberg Kl.21:10-22:40	Lyft / Austurb 18:00-19:00	Austurberg Kl.21:10-22:40	Austurberg Kl.21:10-22:40	Austurberg Kl.17:00-18:20	Austurberg Kl.11:20-12:30		Erlendur Ísfeld 861-6466 erlendur.isfeld@omnis.is Vígús Þorsteinsson 899 4890 vth@parspro.com
3.fl.kv. ('98, '99, '00)	Seljaskóli Kl.20:40-21:50		Seljaskóli Kl.20:40-21:50	Lyft / Austurb 17:00-18:00	Seljaskóli Kl.19:30-21:00	Austurberg Kl.13:40--14:50		Gunnar Valur Arason 780-3011 gunnarvalur@hotmail.com
M.fl.kv. ('97 og eldri)	Austurberg Kl.18:10-19:40	Austurberg Kl.19:40-21:10	Austurberg Kl.19:40-21:10	Austurberg Kl.18:10-19:40	Austurberg Kl.18:20-19:40	Austurberg Kl.14:50-16:20		Sigurjón Friðbjörn Björnsson sonni31@gmail.com 694-6136 Finnbogi Grétar Sigurbjörnsson 661-0071 fgslfc@gmail.com
M.fl.ka. ('95 og eldri)	Austurberg Kl.19:40-21:10	Austurberg Kl.18:10-19:40	Austurberg Kl.18:10-19:40	Austurberg Kl.19:40-21:10	Austurberg Kl.19:40-21:10			Bjarni Fritzson, 692-7407 bjarnif@hi.is Brynjar Valgeir Steinarsson 660-8508 brynjarvs@gmail.com

Handbolti	Vor 2017
9.flokkur (leikskólaaldur)	13.000
8.flokkur (ÍR-ungar)	22.000
7.Flokkur	25.000
5.flokkur - 6.flokkur	33.000
3.Flokkur – 4.flokkur	37.000

Skráning iðkenda fer fram í Nóra, skráningarkerfi ÍR <https://ir.felog.is>

eða í gegnum heimasíðuna www.ir.is

