

**Æfingatafla Taekwondodeildar ÍR
Vor 2019**

Flokkur/Aldur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Umsjónarþjálfari
Grunnhópur 6-12 ára (2007-2013)		ÍR heimilið kjallari Kl. 17:15-18:00		ÍR heimilið kjallari Kl. 17:15-18:00	ÍR heimilið kjallari Kl. 17:30-18:15		Arnar Bragason arnartkd@gmail.com
Framhaldshópur 6-12 ára (2007-2013)		ÍR heimilið kjallari Kl. 18:00-19:00		ÍR heimilið kjallari Kl. 18:00-19:00	ÍR heimilið kjallari Kl. 18:15-19:15		Arnar Bragason arnartkd@gmail.com
13 ára og eldri Grunn/framhald (2006 +)		ÍR heimilið kjallari Kl. 19:00-20:30		ÍR heimilið kjallari Kl. 19:00-20:30	ÍR heimilið kjallari Kl. 19:15-20:45		Arnar Bragason arnartkd@gmail.com

- Framhaldshópur er fyrir börn með gult belti eða hærra.
- Einnig má hafa samband við Jóhann V. Gíslason (formann) í síma: 866-0282 og netfang: joigisla@gmail.com

Verðskrá Vor 2019

Grunnhópur, 6-12 ára	24.000 kr.
Framhaldshópur, 6-12 ára	24.000 kr.
13 ára og eldri	24.000 kr.