

**Æfingatafla Taekwondodeildar ÍR  
Vor 2021**

Flokkur/Aldur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Umsjónaþjálfari
<b>Frístund í Breiðholti</b> 1-4 bekkur		ÍR heimilið kjallari Kl. 14:30-15:20		ÍR heimilið kjallari Kl. 14:30-15:20			Arnar Bragason arnartkd@gmail.com
<b>Grunnhópur 6-12 ára</b> (2009-2015)		ÍR heimilið kjallari Kl. 17:15-18:00		ÍR heimilið kjallari Kl. 17:15-18:00	ÍR heimilið kjallari Kl. 17:15-18:00		Arnar Bragason arnartkd@gmail.com
<b>Framhaldshópur* 6-12 ára</b> (2009-2015)		ÍR heimilið kjallari Kl. 18:00-19:00		ÍR heimilið kjallari Kl. 18:00-19:00	ÍR heimilið kjallari Kl. 18:00-19:00		Arnar Bragason arnartkd@gmail.com
<b>13 ára og eldri Grunn/framhald</b> (2008 +)		ÍR heimilið kjallari Kl. 19:00-20:30		ÍR heimilið kjallari Kl. 19:00-20:30	ÍR heimilið kjallari Kl. 19:00-20:30	ÍR heimilið kjallari Kl. 11:00-13:00	Arnar Bragason arnartkd@gmail.com

**Verðskrá vor 2021**

<b>Grunnhópur, 6-12 ára</b>	25.000 kr
<b>Framhaldshópur, 6-12 ára</b>	25.000 kr
<b>13 ára og eldri</b>	25.000 kr

\* 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