

## Æfingatafla Taekwondodeildar ÍR Vor 2019

Flokkur/Aldur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Umsjónarþjálfari
<b>Grunnhópur 6-12 ára</b> (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
<b>Framhaldshópur 6-12 ára</b> (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
<b>13 ára og eldri Grunn/framhald</b> (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
<b>Æfingahópur</b>		ÍR heimilið kjallari 20:30-21:30				ÍR heimilið kjallari 11:45-13:30	

- 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

<b>Grunnhópur, 6-12 ára</b>	24.000 kr.
<b>Framhaldshópur, 6-12 ára</b>	24.000 kr.
<b>13 ára og eldri</b>	24.000 kr.