

Æfingatafla Handknattleiksdeildar ÍR - Tímabilið 2024-2025

Flokkur/Aldur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur	Umsjónarþjálfari
8.fl. Karla ÍR-ungar (2018-17)	15:30-16:15 Skógarsel			15:30-16:15 Skógarsel				Davíð Georgsson
8.fl. Kvenna ÍR-ungar (2018-17)		16:15-17:00 Skógarsel	14:30-15:15 Skógarsel					Brynhildur Bergmann Kjartansdóttir
7.fl.ka. (2015-2016)	14:45-15:30 Skógarsel			14:45-15:30 Skógarsel	14:30-15:15 Seljaskóli			Daníel Ingi Guðmundsson
7.fl.kv. (2015-2016)		14:30-15:15 Skógarsel	17:00-17:45 Skógarsel	16:30-17:15 Seljaskóli				Tinna Baldursdóttir
6.fl.ka. (2013-2014)			15:00-16:00 Skógarsel	15:45-16:30 Seljaskóli	14:30-15:30 Skógarsel			Rökkvi Steinunnarson
6.fl.kv. (2013-2014)	15:10-16:10 Seljaskóli	15:15-16:15 Skógarsel		15:00-15:45 Seljaskóli				Tómas Starrason
5.fl.ka. (2012-2011)		15:15-16:15 Seljaskóli	16:00-17:00 Skógarsel	17:15-18:15 Seljaskóli	15:30-16:30 Skógarsel			Erlendur Ísfeld
5.fl.kv. (2012-2011)		16:15-17:15 Seljaskóli	17:45-18:45 Skógarsel	16:30-17:30 Skógarsel		10:15-11:15 Skógarsel		Úlfur Gunnar Kjartansson
4.fl.ka. (2010-2009)	16:15-17:30 Skógarsel	17:15-18:30 Seljaskóli		17:15-18:45 Seljaskóli	15:30-16:30 Skógarsel			Arnar Freyr Guðmundsson Davíð Georgsson
4.fl.kv. (2010-2009)	19:40-20:55 Seljaskóli	20:45-22:15 Skógarsel	17:45-18:45 Skógarsel			11:15-12:45 Skógarsel		Grétar Áki Andersen Úlfur Gunnar Kjartansson
3.fl.ka. (2008-2006)	20:30-22:00 Skógarsel		20:15-21:30 Skógarsel	20:30-22:00 Skógarsel	18:00-19:15 Skógarsel			Arnar Smári Brynjarsson
3.fl.kv. (2008-2006)	19:40-20:55 Seljaskóli	20:45-22:15 Skógarsel	17:45-18:45 Skógarsel			11:15-12:45 Skógarsel		Grétar Áki Andersen
M.fl.ka.	19:00-20:30 Skógarsel	17:45-19:15 Skógarsel	18:45-20:15 Skógarsel	19:00-20:30 Skógarsel	16:30-18:00 Skógarsel			Bjarni Fritzson
M.fl.kv.	17:30-19:00 Skógarsel	19:15-20:45 Skógarsel		17:30-19:00 Skógarsel	17:30-19:00 Seljaskóli			Sólveig Lára Kjærnested

ATH: Æfingatöflur eru birtar með fyrirvara um breytingar á tímasetningum

Yfirþjálfari handknattleiksdeildar: Arnar Freyr Guðmundsson

Email: arnarfreyr@ir.is

