Æfingatafla ÍR-ungar
Haust 2024
Átta íþróttagreinar, eitt æfingagjald fyrir krakka í 1. og 2. bekk

Flokkur/Aldur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur	Umsjónarþjálfari
Taekwondo ÍR-ungar		ÍR heimilið kjallari Kl. 15:30-16:30		ÍR heimilið kjallari Kl. 15:30-16:30				Arnar Bragason arnartkd@gmail.com
Frjálsíþróttir ÍR-ungar (1. og 2. bekkur)	Fjölnotahús Kl. 15:30-16:20		Fjölnotahús Kl. 15:30-16:20					Bjarni Anton Theódórsson Bjarnianton98@gmail.com
Karfa Míkróbolti barna (1. og 2. bekkur)		15:30-16:15 Skógarsel		14:45-15:30 Skógarsel				Guðrún Hattie
Handbolti 8. fl. Drengir (1. og 2. bekkur)	15:30-16:15 Skógarsel			15:30-16:15 Skógarsel				Davíð Georgsson
Handbolti 8. fl. Stúlkur (1. og 2. bekkur)		16:15-17:00 Skógarsel	14:30-15:15 Skógarsel					Brynhildur Bergmann Kjartansdóttir
Keila ÍR-ungar (1. og 2. bekkur)	**Æfingar keilu verða auglýstar síðar**							
Knattspyrna 7. fl. Drengir (1. og 2. bekkur)		Knatthús 14:30-15:25	Knatthús 14:30-15:25		Knatthús 14:30-15:25			Halldór Arnarsson halldor@ir.is
Knattspyrna 7. fl. Stúlkur (1. og 2. bekkur)	Knatthús 14:30-15:25			Knatthús 14:30-15:25	Knatthús 15:30-16:30			Gunnar Olgeir Harðarson gunnarol2010@gmail.com
Karate **6-8 ára** **byrjendur**		**ÍR-Heimili** **17:00-17:50**		**ÍR-Heimili** **17:00-17:50**				Aron Anh Ky Huynh 783-8898
Skíði ÍR-ungar (1. og 2. bekkur)	**Upplýsingar um æfingatöflu skíðadeildar eru væntanlegar í lok september**							