

5 FL Björninn Febúar



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur
			1 16:30-17:10 Þrek 17:35-18:25 Ísæfing	2	3	4 9:15-10:10 Ísæfing
5 17:00-17:40 Egilshöll 18:10-19:00 Ísæfing	6	7	8 16:30-17:10 Þrek 17:35-18:25 Ísæfing	9	10	11 Hópefli 11-12
12 17:00-17:40 Egilshöll 18:10-19:00 Ísæfing	13	14	15 16:30-17:10 Þrek 17:35-18:25 Ísæfing	16	17	18 9:15-10:10 Ísæfing
19 17:00-17:40 Egilshöll 18:10-19:00 Ísæfing	20	21	22 16:30-17:10 Þrek 17:35-18:25 Ísæfing	23	24	25 10:15-11:00
26 17:00-17:40 Egilshöll 18:10-19:00 Ísæfing	27	28				

Mæting fyrir ísæfingu er 30 mín; Mæting fyrir þrekæfingu er 10 mín; Mætingar fyrir leiki er 60 mín.

Leikmaður á að hafa með sér hlý íþróttaföt fyrir hlaup og þrekæfingar.