

Þjálfaranámskeið FSÍ – Þjálfari 1B

Dagskrá 15. september

Sunnudagur 15. september

Námskeiðið fer fram í Gróttu frá kl. 12:30 – 19:00

Kl. 12:30- 15:30 Líkamsbeiting og Móttaka

Kennarar: Hrefna Þorbjörg, Kristinn Már, Ingibjörg Þóra

Kl. 16:00 – 19:00 Grunnur í dansi 1
Rá og rimlar
Stökk á bretti

Kennari: Þórdís Þöll