

Endurmenntunarnámskeið / verklegur hluti 4B

Dagskrá 8.-11. janúar

Fimmtudagur 8. Janúar

GERPLA - Versalir

16:30 – 19:30 Æfing fyrir úrvalshópa karla og unglinga – þjálfurum velkomið að horfa á æfinguna sem er ekki hluti af endurmenntun

Föstudagur 9. Janúar

GERPLA - Versalir

16:00-20:00 Tvíslá og svifrú

Laugardagur 10. janúar

STJARNAN

09:30-11:30 Stökk

GERPLA - Versalir

13:00-15:00 Gólf

Sunnudagur 11. janúar

BJÖRK

10:00-12:00 Bogahestur

GERPLA - Versalir

13:00-15:00 Hringir

15:30 -17:00 Fyrirlestur: Uppbygging keppnisæfinga fyrir senior og junior