



Þjálfaranámskeið FSÍ – Þjálfari 2B

Dagskrá 24. – 25. janúar

Laugardagur 24. janúar

Verklegur tími fer fram á Selfossi

Kl. 13:30 – 17:30 Dýna (hópfimleikar) - Jimmy Ekstedt
Trampólín (hópfimleikar) - Jimmy Ekstedt

Verklegur tími fer fram í Björk

Kl. 14:00 – 17:00 Kóréó slá og gólf (áhalda kvk) – Dominiqua Alma
Slá (áhalda kvk) – Dominiqua Alma

Verklegur tími fer fram í Björk

Kl. 14:30 – 17:30 Áhaldafimleikar karla – Alek Ramezanpour

Sunnudagur 25. janúar

Verklegur tími fer fram í Gerplu - Versölum

Kl. 13:30 – 14:30 Upphitun (allir) – Una Brá
Kl. 14:30 – 15:30 Hópefli og leikir (allir) – Una Brá
Kl. 15:30 – 17:00 Kóréógráfía (hópfimleikar) – Stefanía Sól
Kl. 15:30 – 17:30 Tvíslá (áhalda kvk) – István Olah (Karak)