



Dómaranámskeið í hópfimleikum

Dagskrá

12. janúar

Skil á heimaverkefni

15. janúar - **Námskeiðið fer fram í fundarsal Þróttar, Engjavegi 7, 104 Reykjavík.**

17:00 – 19:00 Yfirferð á almennum hluta (val fyrir endurnýjun)

19:30 – 21:00 Yfirferð á heimaverkefni og spurningum úr forms (val fyrir endurnýjun)

16. janúar - **Námskeiðið fer fram í fundarsal ÍSÍ, Engjavegi 6, 104 Reykjavík.**

15:50 Mæting

16:00 – 18:15 Upprifjun E trampólín

Æfingadæmingar E trampólín

Próf E trampólín

18:15 – 19:00 Matur

19:00 – 21:15 Upprifjun E dýna

Æfingadæmingar E dýna

Próf E dýna

17. janúar – **Námskeiðið fer fram í fundarsal Þróttar, Engjavegi 7, 104 Reykjavík.**

Mæting 08:45

09:00 – 11:30 Upprifjun CD trampólín

Æfingadæmingar CD trampólín

Próf CD trampólín

11:30 – 12:30 Matur

12:30 – 15:00 Upprifjun CD dýna

Æfingadæmingar CD dýna

Próf CD dýna

15:15 – 16:15 Íslensku reglurnar



18. janúar - Námskeiðið fer fram í fundarsal ÍSÍ, Engjavegi 6, 105 Reykjavík.

Mæting 08:45

- 09:00 – 11:30 Upprifjun CD gólf
Æfingadæmingar CD gólf
Próf CD gólf
- 11:30 – 12:30 Matur
- 12:30 – 15:00 Upprifjun E gólf
Æfingadæmingar E gólf
Próf E gólf
- 15:30 – 17:30 Öll bókleg próf

Kennarar á námskeiðinu eru: Helga Svana Ólafsdóttir og Ragnar Magnús Þorsteinsson.