



## Páskaæfingar

### Afreks- og Keppnishópur

### Framtíðarhópur

<b>mán 21. mars</b>	<b>SG 06:00-08:00 (50m) og 15:00-17:00 (25m)</b>	<b>EÞE 10:00 – 11:45 (25m)</b>
<b>þrið. 22. mars</b>	<b>SG 06:00-08:00 (25m) og 15:00-17:00 (50m)</b>	<b>EÞE 10:00 – 11:45 (25m)</b>
<b>mið 23. mars</b>	<b>SG 06:00-08:00 (50m) og 15:00-17:00 (25m)</b>	<b>EÞE 10:00 – 11:45 (25m)</b>
<b>fim 24. mars</b>	<b>SG 06:00-08:00 (25m) og 15:00-17:00 (50m)</b>	<b>EÞE 10:00 – 11:45 (25m)</b>
<b>fös 25. mars</b>	<b>Frí</b>	<b>Frí</b>
<b>laug 26. mars</b>	<b>SG 09:00-11:00 (50m)</b>	<b>Frí</b>
<b>mán 28. mars</b>	<b>SG 06:00-08:00 (50m) og 15:00-17:00 (25m)</b>	<b>Frí</b>

**Þrek :** Afreks og keppnishóp sameiginleg þrekæfing 21. og 23. mars kl. 17:15, eðlilegt á laugardegi og ekkert þrek þann 28.

**Þrek:** Framtíðarhópur er með þrek þann 21. kl. 12:00 en frí í þreki þann 28.