

STUNDASKRÁ 3. september – 18. desember 2008

Hóppjálfun Gíftarfélagsins - ÁRMÚLA 5

Kl.	Mánud.	Þriðjud.	Miðvikud.	Fimmtud.	Búið kl.	sal
13:30	Hád.leikfimi RG			Hád.leikfimi BÁS	14:30	1
16:10		Jóga 1 / RRS <i>Byrjar 11. september</i>		Jóga 1 / RRS <i>Byrjar 11. september</i>	17:10	2
16:15		Stott-Pilates byrjendur MS		Stott-Pilates byrjendur 1 MS	17:05	
17:10	Leikfimi 1 KJ	Stott-Pilates framhald MS	Leikfimi 1 RG	Stott-Pilates framhald 1 MS	18:10 / 18:00	1
17:15		Jóga 2 / RRS <i>Byrjar 11. september</i>		Jóga 2 / RRS <i>Byrjar 11. september</i>	18:15	2
18:15	Bakleikfimi karla / KJ		Bakleikfimi karla / RG		19:15	2

VATNSÞJÁLFUN - SJÁLFSBJARGARLAUG, HÁTÚNI 12

Kl.	Mánud.		Miðvikud.	Búið kl.
15:05	Vatnsþj. I / KJ	(rólegri)	Vatnsþj. I /RG	15:45
15:50	Vatnsþj. II / KJ	(rólegri)	Vatnsþj. II /RG	16:30
16:35	Vatnsþj. III / GC	(þyngri)	Vatnsþj. III/JÓ	17:15
17:20	Vatnsþj. IV / GC	(þyngri)	Vatnsþj. IV/JÓ	18:00

Kennarar:

RS = Rut Rebekka Sigurjónsd.
MS = Margrét Stefánsdóttir
KJ= Kristjana Jónasdóttir

JÓ = Jóhanna Helgadóttir
GC= Gwendolyn Cordray

BÁS=Berghildur Ásdís Stefánsdóttir
RG = Rannveig Gunnlaugsdóttir

Ganga þarf frá greiðslu við skráningu eða í síðasta lagi áður en leikfimin hefst.

Einungis koma endurgreiðslur til greina verði fólk að hætta samkvæmt læknisráði og að skilað sé inn læknisvottorði.