

Þjálfaranámskeið FSÍ – Sérgrainahluti 2B fyrri hluti
Áhaldafimleikar KK
Dagskrá 8. – 10. september 2017

Föstudagur 8. september

Kennsla fer fram í Ármanni, Engjavegi 7.

19:00 – 22:00 Stökk og svifrá – verklegt. **Kennari:** Axel Ólafur Þórhannesson.

Laugardagur 9. september

Kennsla fer fram í E-sal 3.hæð ÍSÍ, Engjavegi 6.

09:00 – 09:10 Kynning á námskeiðinu. Hlín Bjarnadóttir, formaður fræðslunefndar.

09:10 – 10:30 Sálfræði – verkefnavinna. **Kennari:** Helgi Héðinsson.

10:40 – 12:00 Uppbygging keppnistímabíla – bóklegt. **Kennari:** Guðmundur Þór Brynjólfsson.

12:00 – 13:00 Hádegishlé.

Kennsla frá 13-16 fer fram í Fjölni, Fossaleyni 1.

13:00 – 16:00 Dýna – verklegt. **Kennari:** Henrik Pilgaard.

Sunnudagur 10. september

Kennsla fer fram í Gerplu, Versalir 3.

13:00 – 16:00 Bogahestur, hringir og tvislá – bóklegt. **Kennari:** Axel Ólafur Þórhannesson.

