

Opnunartími ÍMS er mán. - fim. kl. 16:00 - 20:00 og lau. kl. 10:00 - 16:00.

Æfingar Íþróttafélagsins Mývetnings hefjast mánudaginn 26. september og eru iðkendum að kostnaðarlausu fram til áramóta.

Þjálfarar eru Soffía Kristín (krakkabla og íþróttaskóli) og Jóhanna Jóna (boltaíþróttir, fótþolti og badminton).

Soffía Kristín -> soffiakb@gmail.com 867-7909

Jóhanna Jóna -> johannajosa@gmail.com 847-4174

Bland í poka tímarnir eru opnir fyrir jafnt börn sem fullorðna og þar verða ýmsar íþróttir kynntar og æfðar.

Tímarnir byrja ekki alveg strax og verða auglýstir betur síðar.

Byrjendabla er opið fyrir alla, jafnt konur sem karla, sem hafa áhuga á að prófa bla. Æfingarnar verða í umsjón blakkvenna undir handleiðslu Jónu Kristínar blaþjálfara.

Við minnum jafnframt á frjálsíþróttæfingar HSP sem eru á mánudögum og miðvikudögum kl.17:00 - 18:30 á Laugum og sundæfingar HSP sem eru á þriðjudögum og fimmtudögum kl.17:00 - 18:00 á Laugum.

Zumba og jóga hefist seinna og verður það nánar auglýst síðar.

Minnum á WC-pappírinn sem er alltaf til sölu í ÍMS.

Stjórn Mývetnings og starfsfólk ÍMS



Stundatafla ÍMS veturinn 2016 - 2017

| Kl. | Mánudagur | Þriðjudagur | Miðvikudagur | Fimmtudagur | Kl. | Laugardagur |
|---------------|--------------------------------------|---|------------------------------------|---|--|------------------------|
| 9:25 - 10:05 | Skóli | Leikskóli 9:30 - 11:00 | | Leikskóli | 10:00 - 11:15 | Zumba |
| 10:10 - 10:50 | Skóli | | | | 11:15 - 12:15 | Blak opinn tími |
| 11:05 - 11:45 | Skóli | | | Skóli | 12:15 - 13:00 | Fótbolti fullorðnir |
| 11:50 - 12:30 | | Skóli | Skóli | Íþróttir eldri borgara | 13:00 - 14:00 | |
| M | A | T | U | R | 14:00 - 15:00 | Bland í poka |
| 13:00 - 13:40 | | Skóli | Skóli | | 15:00 - 15:45 | Krakkatími |
| 13:45 - 14:25 | Boltaíþróttir 1.- 4. b | Skóli | Íþróttaskóli 1.- 4. b | Skóli/Hreysti |  | |
| 14:30 - 15:10 | | | | | | |
| 15:20 - 16:00 | Krakkablak 5.- 10. b til 16:30 | | Fótbolti 5.- 10. b til 16:30 | Badminton 1.- 10. b til 16:30 | | |
| 16:00 - 17:00 | | | | | | |
| 17:00 - 18:00 | Byrjendablak opinn tími | Zumba | Blak lokað kvk 16:30 - 18:00 | Zumba | | |
| 18:00 - 19:00 | Blak lokað kvk 18:30 - 20:00 | Fótbolti fullorðnir 18:30 - 20:00 | Jóga 18:15 - 19:45 | Fótbolti fullorðnir 18:30 - 20:00 | | |
| 19:00 - 20:00 | | | | | | |