

Gildir frá 30.ágúst

MÁNUDAGUR	ÞRIÐJUDAGUR	MÍÐVIKUDAGUR	FIMMTUDAGUR	FÖSTUDAGUR	LAUGARDAGUR
Opið 06.00-22.00	Opið 06.00-22.00	Opið 06.00-22.00	Opið 06.00-22.00	Opið 06.00-21.00	Opið 08.00-17.00
06.10-07.10 SALUR 2 Hjól <i>Kristín Birna</i>	06.10-07.10 SALUR 1 Tabataþrek <i>Lovísa Ásgeirs</i>	06.10-07.10 SALUR 2 Hjól <i>Lovísa Ásgeirs</i>	06.10-07.10 SALUR 1 Eftirbruni 2010 <i>Gurrý Torfa</i>	06.10-07.10 SALUR 2 Hjól <i>Páll Guðjóns</i>	08.10-09.10 SALUR 2 STS <i>Eyrún Ragnars</i>
06.15-07.15 SALUR 1/3 Fanta gott form <i>Gurrý og Krissi</i>	6.20-07.10 SALUR 2 ACTIVIO 500 + <i>Kristinn Guðmunds</i>	06.15-07.15 SALUR 1/3 Fanta gott form <i>Gurrý og Krissi</i>	6.20-07.10 SALUR 2 ACTIVIO 500 + <i>Kristinn Guðmunds</i>	06.15-07.15 SALUR 1 Fanta gott form <i>Kristinn Guðmunds</i>	09.00-10.00 SALUR 1 Tabataþrek <i>Guðbjörg Finns</i>
07.20-08.20 SALUR 1 STS <i>Guðbjörg Finns</i>	06.20-07.20 SALUR 3 Karlaprek <i>Hrafnhildur Páls</i>	07.20-08.20 SALUR 1 STS <i>Guðbjörg Finns</i>	06.20-07.20 SALUR 3 Karlaprek <i>Hrafnhildur Páls</i>	06.20-07.20 SALUR 3 Body Balance <i>Gurrý Torfa</i>	09.15-10.15 SALUR 2 Hjól <i>Kristín Birna</i>
09.00-10.00 SALUR 1 Topp form <i>Guðbjörg Finns</i>	07.20-07.40 SALUR 1 Tabata 4x4 <i>Kristinn Guðmunds</i>	09.00-10.00 SALUR 1 Eftirbruni 2010 <i>Guðbjörg Finns</i>	07.20-07.40 SALUR 1 Tabata 4x4 <i>Kristinn Guðmunds</i>	07.20-08.20 SALUR 2 STS <i>Guðbjörg Finns</i>	09.15-10.15 SALUR 3 Árangur 20+ <i>Ásrún Ólafs</i>
10.00-11.00 SALUR 1 Árangur <i>Guðbjörg Finns</i>	08.00-09.15 SALUR 3 Hot Yoga <i>Bjargey Aðalsteins</i>	10.00-11.00 SALUR 1 Árangur <i>Guðbjörg Finns</i>	08.00-09.15 SALUR 3 Hot Yoga <i>Bjargey Aðalsteins</i>	09.00-10.00 SALUR 1 3 x Betra <i>Guðbjörg Finns</i>	10.00-11.00 SALUR 1 Topp form <i>Guðbjörg Finns</i>
12.05-13.00 SALUR 1 Eftirbruni 2010 <i>Anna Eiríks</i>	09.00-09.30 SALUR 2 Hjól <i>Anna Eiríks</i>	12.05-13.00 SALUR 1 Body Balance <i>Anna Eiríks</i>	09.00-10.00 SALUR 1 Body Balance <i>Anna Eiríks</i>	10.00-11.00 SALUR 2 Árangur <i>Guðbjörg Finns</i>	10.00-11.00 SALUR 1 Hlaupahöpur <i>ÚTI</i>
12.05-13.00 SALUR 2 Hjól <i>Ágústa Johnson</i>	09.30-10.00 SALUR 1 Zen - kjarni <i>Anna Eiríks</i>	12.05-13.00 SALUR 2 Hjól <i>Ágústa Johnson</i>	12.05-13.00 SALUR 1 Tabataþrek <i>Guðbjörg Finns</i>	10.00-11.00 SALUR 2 Árangur <i>Guðbjörg Finns</i>	10.15-11.15 SALUR 2 Árangur <i>Ásrún Ólafs</i>
12.15-12.55 SALUR 4 Hraðferð <i>Lilja Íris</i>	12.05-13.00 SALUR 1 Prek + <i>Ágústa Johnson</i>	12.15-12.55 SALUR 4 Hraðferð <i>Lilja Íris</i>	16.20-17.20 SALUR 1 Mótun <i>Ágústa Johnson</i>	12.05-13.00 SALUR 1 Pallastuð <i>Valdís Sigurbórs</i>	11.15-12.15 SALUR 2 STS <i>Ásrún Ólafs</i>
14.30-15.30 SALUR 1 Líkami og sál <i>Bjargey Aðalsteins</i>	16.20-17.20 SALUR 1 Body Balance <i>Bjargey Aðalsteins</i>	14.30-15.30 SALUR 1 Líkami og sál <i>Bjargey Aðalsteins</i>	16.30-17.15 SALUR 2 Hjól <i>Guðrún Sig</i>	12.10-12.30 SALUR 3 Tabata 4x4 <i>Kristinn Guðmunds</i>	11.15-12.30 SALUR 2 Hot Yoga - opinn <i>Guðmundur Már</i>
16.20-17.20 SALUR 3 Líkami og sál <i>Bjargey Aðalsteins</i>	16.30-17.15 SALUR 2 Hjól <i>Guðrún Sig</i>	16.20-17.20 SALUR 3 Líkami og sál <i>Bjargey Aðalsteins</i>	17.20-18.10 SALUR 2 ACTIVIO 500 + <i>Guðrún Sig</i>	13.10-14.10 SALUR 1 Body Balance <i>Guðbjörg Finns</i>	
16.20-17.20 SALUR 1 Eftirbruni 2010 <i>Eyrún Ragnars</i>	17.20-18.10 SALUR 2 ACTIVIO 500 + <i>Guðrún Sig</i>	16.20-17.20 SALUR 1 Tabataþrek <i>Eyrún Ragnars</i>	17.20-18.20 SALUR 3 Árangur <i>Ásrún Ólafs</i>	17.20-18.30 SALUR 3 Hjól - 70 mín <i>Guðbjörg Finns</i>	
17.20-18.20 SALUR 3 Topp form <i>Ásrún Ólafs</i>	17.20-18.20 SALUR 3 Árangur <i>Ásrún Ólafs</i>	17.20-18.20 SALUR 3 Topp form <i>Ásrún Ólafs</i>	17.25-18.25 SALUR 1 Þrek og þol <i>Eyrún Ragnars</i>	17.30-18.45 SALUR 3 Hot Yoga - opinn <i>Guðmundur Már</i>	
17.20-18.20 SALUR 2 Hjól <i>Lovísa Ásgeirs</i>	17.25-18.25 SALUR 1 Þrek og þol <i>Eyrún Ragnars</i>	17.20-18.20 SALUR 2 Hjól <i>Anna Eiríks</i>	17.30-18.15 SALUR 4 STS Karlar <i>Ásgeir Ólafs</i>	17.30-18.30 SALUR 3 Fanta gott form <i>Vaka Rögvalds</i>	
17.25-18.25 SALUR 1 Pallastuð <i>Valdís Sigurbórs</i>	17.30-18.15 SALUR 4 STS Karlar <i>Ásgeir Ólafs</i>	17.25-18.25 SALUR 1 Pallastuð <i>Valdís Sigurbórs</i>	18.30-19.15 SALUR 4 STS Karlar <i>Ásgeir Ólafs</i>	18.30-19.30 SALUR 1 Partý <i>Auður Harpa</i>	
17.25-18.05 SALUR 4 Hraðferð <i>Eyrún Ragnars</i>	18.30-19.15 SALUR 4 STS Karlar <i>Ásgeir Ólafs</i>	17.25-18.05 SALUR 1 Hraðferð <i>Eyrún</i>	18.30-19.20 SALUR 4 Ásgeir Ólafs <i>Ásgeir Ólafs</i>		
18.10-18.50 SALUR 4 Hraðferð 50+ <i>Eyrún Ragnars</i>	18.30-19.20 SALUR 4 Ásgeir Ólafs <i>Ásgeir Ólafs</i>	18.10-18.50 SALUR 4 Hraðferð 50+ <i>Eyrún Ragnars</i>	18.30-19.30 SALUR 2 Hjól <i>Erla Ágúst</i>		
18.30-19.30 SALUR 4 Body Pump <i>Hrafnhildur Páls</i>	18.30-19.30 SALUR 2 Hjól <i>Ásrún Ólafs</i>	18.30-19.30 SALUR 4 Body Pump <i>Hrafnhildur Páls</i>	18.30-19.30 SALUR 1 Body Balance <i>Bjargey Aðalsteins</i>		
18.30-19.30 SALUR 1 Body Jam <i>Ásdís Halldórs</i>	18.30-19.30 SALUR 1 Body Jam <i>Ásdís Halldórs</i>	18.30-19.30 SALUR 1 Body Pump <i>Hrafnhildur Páls</i>	18.30-19.30 SALUR 3 STS <i>Eyrún Ragnars</i>		
18.30-19.30 SALUR 1 Ásdís Halldórs <i>Ásdís Halldórs</i>	18.30-19.30 SALUR 1 STS <i>Ásrún Ólafs</i>	18.30-19.30 SALUR 1 Fanta gott form <i>Hrafnhildur Páls</i>	20.10-21.10 SALUR 3 STS <i>Eyrún Ragnars</i>		
18.30-19.30 SALUR 2/3 Fanta gott form <i>Vaka og Krissi</i>	18.30-19.30 SALUR 3 Eyrún Ragnars <i>Eyrún Ragnars</i>	18.30-19.30 SALUR 2/3 Fanta gott form <i>Anna og Krissi</i>	20.10-21.10 SALUR 1 STS <i>Eyrún Ragnars</i>		
18.30-19.00 ÚTII Árangur 20+ <i>Ásrún Ólafs</i>	20.10-21.10 SALUR 3 STS <i>Ásrún Ólafs</i>	18.30-19.00 ÚTITÍMI Árangur 20+ <i>Ásrún Ólafs</i>			
18.30-19.00 SALUR 3 Hot Yoga <i>Ásrún Ólafs</i>	SALUR 1 Ásrún Ólafs <i>Ásrún Ólafs</i>	SALUR 3 Hot Yoga <i>Guðmundur Már</i>			
20.00-21.15 SALUR 3 Guðmundur Már <i>Guðmundur Már</i>		20.00-21.15 SALUR 3 Guðmundur Már <i>Guðmundur Már</i>			
					SUNNUDAGUR Opið 09.00-17.00
					10.00-11.00 SALUR 2 Hjól <i>Anna Eiríks</i>
					11.10-12.10 SALUR 1 Body Balance <i>Anna Eiríks</i>
					LEIKLAND-OPNUN
					Mán-mið-fös 8:50-13:20 / 16.15-19:00* Þri-fim 10:00-13:20 / 16.15-19:00* Lau: 8:40 - 13:00 Sun: Lokað * 2 ára áldurstakmark

Lokað: Lokað námskeið

Nr: Í þessa tíma þarf að taka númer

Tímataflan getur breyst án fyrirvara