

Stundaskrá félagsstarfs í Smiðju - vorönn 2023

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	9.00-12.00 Trésmíði		9.00-12.00 Listmálun	
13.00 Gönguhópur	13.00-16.00 Trésmíði	13.00-16.00 Leirmótun	13.00-16.00 Listmálun	13.00-16.00 Smiðja opin
13.00-16.00 Glernámskeið				

Kennarar

Gler: Ingibjörg Gunnarsdóttir

Trésmíði: Daníel R. Ragnarsson

Listmálun: Lofur Leifsson

Leir: Ingibjörg Ása Gunnarsdóttir

Stundaskrá félagsstarfs í Jónshúsi - vorönn 2023

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
9:00 Pool-hópur	9:00 Pool-hópur	9:00 Pool-hópur	9:00 Pool-hópur	9:00 Pool-hópur
10.00 Gönguhópur	10.00 Gönguhópur	10.00 Gönguhópur	10.00 Gönguhópur	10.00 Gönguhópur
	11.00 Tölvuaðstoð	10.30 Skák og Scrabble	11.00 Tölvuaðstoð	
12.30 -15.40 Bridds	13.00 Laxdæla - sögulestur	12.30 -15.40 Bridds	13:00 Laxdæla - sögulestur	13.00-15.00 Félagsvist
	14.00 Fyrirlestrar(mánaðarl.)	14.00 Uppákomur	13.00 Handavinnuhorn	
13.45-15.15 Kaffiveitingar	13.45-15.15 Kaffiveitingar	13.45-15.15 Kaffiveitingar	13.45-15.15 Kaffiveitingar	13.45-15.15 Kaffiveitingar

Stundaskrá íþróttastarfs FEBG - vorönn 2023

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	9.00 QJ-Gong, Sjáland		9.00 Qi-Gong í Sjálandi	9.30 Dansleikfimi Sjáland
10.00 Ganga frá Jónshúsi	10.00 Ganga frá Jónshúsi	10.00 Ganga frá Jónshúsi	10.00 Ganga frá Jónshúsi	10.00 Ganga frá Jónshúsi
11.00 Stóla-jóga Kirkjuhv.	11.00 Stóla-jóga Sjáland	11.00 Stóla-jóga Kirkjuhv.	11.00 Stóla-jóga Sjáland	
	12.15 Leikfimi í Ásgarði		12.15 Leikfimi í Ásgarði	
13.00 Gönguhópur frá Smiðju	13.10 Boccia í Ásgarði		13.10 Boccia í Ásgarði	
15.00 Vatnsleikfimi Sjáland	14.15 Línudans -Sjálandss	15.00 Vatnsleikfimi Sjáland		
15.40 Vatnsleikfimi Sjáland	15.00 Línudans -Sjálandss	15.40 Vatnsleikfimi Sjáland		
16.20 Vatnsleikfimi Sjáland		16.20 Vatnsleikfimi Sjáland		
16.30 Zumba Gold		16.30 Zumba Gold		

Kennarar á vegum FEBG

Zumba Gold: Hjördís Berglind Zebitz
Leikfimi; kennarar á vegum Spórtu

Stólajóga: Kristín B. Halldórsdóttir
Línudans; Anna Alfreðsdóttir

Dansleikfimi: Auður Harpa Jónsdóttir
Sögulestur; Magnús Torfason

Qi-Gong: Ástbjörn Egilsson
Tölvukennsla; Þórunn Óskarsdóttir

Vatnsleikfimi: Gunnur Róbertsdóttir,
Carólín Guðbjartsdóttir