Nafn hópa	Kyn	Ár	tímar	Deild	Þjálfari	Aðstoð	mánudagur				miðvikudagur				fimmtudagur				föstudagur				sunnudagur				Aðrar upplýsingar	1 Fös 16:30 5/sun		2 Fös 18:30 5/sun		3 Lau 10:00 6/jún		4 Lau 12:30 6/jún		5 Lau 15:00 6/jún		Samæfingar		Afrar æfingar		Búningar mæta í	Búningar - gerpla tæsar	Hárgreiðsla	Búningar mæta í
Grunnhópur 1	kvk	2009	1	Fim1.	Anna Dröfn	Hrefna Stf															10:00-11:00	5						1	14											Laugardar	10:00-11:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	Ef stúlkurnar eiga ekki rauðan gerplubol mæta þær í óðrum snyrtilegum fimleikabol eða sundbol
Grunnhópur 2	kvk	2009	1	Fim1.	Daníella	Gréta Björg															10:00-11:00	4						1	14											Laugardag	10:00-11:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 3	kvk	2009	1	Fim1.	Ragnheiður S.	Karen Stf															10:00-11:00	6								2	12							Laugardag	10:00-11:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 4	kvk	2009	1	Fim1.	Anna Dröfn	Hrefna Stf															11:00-12:00	5								2	13							Laugardag	10:00-11:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 5	kvk	2009	1	Fim1.	Daníella	Gréta Björg															11:00-12:00	4										3	13					Laugardar	12:00-13:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 6	kvk	2009	1	Fim1.	Ragnheiður S.	Karen Stf															11:00-12:00	6										3	14					Laugardag	12:00-13:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 7	kvk	2009	1	Fim1.	Anna Dröfn	Hrefna Stf															12:00-13:00	6												4	0			Laugardag	12:00-13:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 8	kvk	2009	1	Fim1.	Daníella	Gréta Björg															12:00-13:00	4												4	7			Laugardar	12:00-13:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 9	kvk	2009	1	Fim1.	Ragnheiður S.	Karen Stf															12:00-13:00	6														5	12	Laugardar	12:00-13:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
Grunnhópur 10	kvk	2009	1	Fim1.	Kati & Lajos	Karen Stf, Hrefna			13:30-14:30	1																	Ítlusalir									5	17	Laugardag	12:00-13:00			Reaður gerplubolur		Tvær snúðar eins og tígl.	
						Grunnhópur KVK 2x í viku																						1		2		3		4		5		Samæfingar	4L			Búningar - mæta í	Búningar - gerpla tæsar	Hárgreiðsla	
Grunnhópur 11	kvk	2008	2	Fim1.	Thelma Rut	Þeo			13:45-14:45	2			13:45-14:45	5													Salsaskóli	1	16									Mánudaga og fimmtudaga	15:00-16:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	Ef stúlkurnar eiga ekki rauðan gerplubol mæta þær í óðrum snyrtilegum fimleikabol eða sundbol
Grunnhópur 12	kvk	2008	2	Fim1.	Thelma Rut	Elva Björg			14:45-15:45	3			14:45-15:45	5													Vatnsvandi, Höðrfuvalla	1	15									Mánudaga og fimmtudaga	15:00-16:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 13	kvk	2008	2	Fim1.	Ýrsa	Thelma A.			14:45-15:45	6			14:45-15:45	6																2	14							Mánudaga og fimmtudaga	15:00-16:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 14	kvk	2008	2	Fim1.	Kristín Helga	Stella E.			14:45-15:45	6			14:45-15:45	6													Vatnsvandi, Höðrfuvalla			3	16							Mánudaga og fimmtudaga	15:00-16:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 15	kvk	2008	2	Fim1.	Arna	Anita Björk	16:15-17:15	5			16:15-17:15	5															Smára, Lindask.					3	14					Miðvikudaga og fimmtudaga	16:00-17:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 16	kvk	2008	2	Fim1.	Anna Dröfn	Kára Dís			16:00-17:00	6			16:00-17:00	6																		3	13					Miðvikudaga og fimmtudaga	16:00-17:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 17	kvk	2008	2	Fim1.	Anna Dröfn	Kára Dís			17:00-18:00	5			17:00-18:00	5																				4	16			Miðvikudaga og fimmtudaga	16:00-17:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 18	kvk	2008	2	Fim1.	Edda	Kolgrima			18:00-19:00	6			18:00-19:00	6																						5	16	Miðvikudaga og fimmtudaga	16:00-17:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 19	kvk	2008	2	Fim1.	Konný	Sára Björt			16:00-17:00	5							16:00-17:00	5																4	4			Miðvikudaga og fimmtudaga	16:00-17:00			Reaður gerplubolur	Gula bíðbru á hendi	Snyrtilega greitt frá andliti	
						Framhaldshópur KVK 2x í viku																						1		2		3		4		5		Samæfingar	4L			Búningar - mæta í	Búningar - gerpla tæsar	Hárgreiðsla	
Framhaldshópur 1	kvk	2007	3	Fim1.	Kati & Lajos		13:45-15:15	6					13:45-15:15	6													Salsaskóli					3	10					Mánudaga og miðvikudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	Ef stúlkurnar eiga ekki rauðan gerplubol mæta þær í óðrum snyrtilegum fimleikabol eða sundbol
Framhaldshópur 2	kvk	2007	3	Fim1.	Thelma Rut	Gyða E.			14:45-16:15	5							14:45-16:15	6									Vatns, Höðfu, Lindir, smári	1	15									Þriðjudaga og föstudaga	14:30-16:00			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 3	kvk	2007	3	Fim1.	Magnúa	Freyja R.			14:45-16:15	5	14:45-16:15						14:45-16:15	5									Vatns, Höðfu, Lindir, smári	1	17									Þriðjudaga og föstudaga	14:30-16:00			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 4	kvk	2007	3	Fim1.	Elsa	Signý María	16:00-17:30	6			16:00-17:30	6																		2	11							Mánudaga og miðvikudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 5	kvk	2007	3	Fim1.	Sjöfn	Signý María	17:30-19:00	5			17:30-19:00	5																		2	12							Mánudaga og miðvikudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
						Framhaldshópur KVK 3x í viku																						1		2		3		4		5		Samæfingar	4L			Búningar - mæta í	Búningar - gerpla tæsar	Hárgreiðsla	
Framhaldshópur 6	kvk	2006	4,5	Fim1.	Inga Heiða, Klara				17:30-19:00	3	17:30-19:00	3					17:30-19:00	3																4	0			Þriðjudaga, miðvikudaga og föstudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	Ef stúlkurnar eiga ekki rauðan gerplubol mæta þær í óðrum snyrtilegum fimleikabol eða sundbol
Framhaldshópur 7	kvk	2006	4,5	Fim1.	Jóhanna, Þórdís				17:30-19:00	4	17:30-19:00	4					17:30-19:00	4									Þrúðs og Þór, Salsaskóli							4	12			Þriðjudaga, miðvikudaga og föstudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 9	kvk	2006	4,5	Fim1.	Þeo & Ýrsa	Laufey, Sóley			14:00-15:30	3	14:00-15:30	3					14:00-15:30	3									Þrúðs og Þór, Salsaskóli									5	17	Þriðjudaga, miðvikudaga og föstudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 10	kvk	2006	4,5	Fim1.	Þeo & Ýrsa	Eyglló, Sandra Rós			15:30-17:00	4	15:30-17:00	4					15:30-17:00	4									Þrúðs og Þór									5	16	Þriðjudaga, miðvikudaga og föstudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 11	kvk	2006	4,5	Fim1.	Hannk & Ýrsa	Dója	17:30-19:00	5					17:30-19:00	5									15:00-16:30	3			Þór - 5.fl.							4	11			Þriðjudaga, miðvikudaga og föstudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
Framhaldshópur 12	kvk	2006	4,5	Fim1.	Kati & Lajos		17:30-19:00	4			16:30-18:00	4	17:30-19:00	4													Þrúðs - 6.fjr.					2	17					Mánudaga og miðvikudaga	17:00-18:30			Reaður gerplubolur	Glimmer efni á snúð	Snúður efarsá hátíð með rauða glimmer teygju	
						Grunnhópur KK																						1		2		3		4		5		Samæfingar	4L			Búningar - mæta í	Búningar - bólfæra	Hárgreiðsla	
Grunnhópur 1	kk	2009	1	Fim1.	Axel, Björn																10:00-11:00	1						1	16									Laugardag	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	Ef stráknarnir eiga ekki keppnisbol mæta þeir í svörtum einlitum snyrtilegum bol og svörtum stuttbuxum
Grunnhópur 2	kk	2009	1	Fim1.	Runólfur																10:00-11:00	2						1	11									Laugardar	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 3	kk	2009	1	Fim1.	Axel, Björn																11:00-12:00	1						1	11									Laugardag	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 4	kk	2009	1	Fim1.	Runólfur																11:00-12:00	2								2	5							Laugardag	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 5	kk	2009	1	Fim1.	Axel, Björn																12:00-13:00	1								2	11							Laugardag	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 6	kk	2009	1	Fim1.	Runólfur																12:00-13:00	2								3	8							Laugardar	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 7	kk	2009	1	Fim1.	Kati & Lajos				13:30-14:30	1																	Ítlusalir					3	16					Laugardag	11:00-12:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 8	kk	2008	2	Fim1.	Atli						14:45-15:45	2					14:45-15:45	2									salir, smára, linda					3	12					Laugardag	11:00-12:00	miðvikudaga 14:35-15:45		Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 9	kk	2008	2	Fim1.	Atli		14:45-15:45	2					14:45-15:45	2													Vatnsvandi, Höðrfuvalla							4	10			Mánudaga og fimmtudaga	15:00-16:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 10	kk	2008	2	Fim1.	Mykola		14:45-15:45	2					14:45-15:45	2													Vatnsvandi, Höðrfuvalla							4	10			Mánudaga og fimmtudaga	15:00-16:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 11	kk	2008	2	Fim1.	Atli & Ingvar						16:00-17:00	1					16:00-17:00	1																		5	8	Miðvikudaga og föstudaga	16:00-17:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
Grunnhópur 12	kk	2008	2	Fim1.	Ingvar	Björn					16:00-18:00	2					17:00-18:00	2																		5	11	Miðvikudaga og föstudaga	16:00-17:00			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Hamarinn Mjölni	Snyrtilega greitt frá andliti	
						Framhaldshópur KK																						1		2		3		4		5		Samæfingar	4L			Búningar - mæta í	Búningar - bólfæra	Hárgreiðsla	
Framhaldshópur 1	kk	2007	3	Grunn	Mykola				13:45-15:15	2																	Salsaskóli	1	6									Mánudaga og fimmtudaga	17:00-18:30			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Andlitsmálningu	Snyrtilega greitt frá andliti	Ef stráknarnir eiga ekki keppnisbol mæta þeir í svörtum einlitum snyrtilegum bol og svörtum stuttbuxum
Framhaldshópur 2	kk	2007	3	Grunn	Magnúa	Atli Þórður	16:00-17:30	1													16:00-17:30	1						1	11									Mánudaga og fimmtudaga	17:00-18:30			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Andlitsmálningu	Snyrtilega greitt frá andliti	
Framhaldshópur 3	kk	2007	3	Grunn	Bjarni		17:00-18:30	2					17:00-18:30	2																2	14							Mánudaga og fimmtudaga	17:00-18:30			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Andlitsmálningu	Snyrtilega greitt frá andliti	
Framhaldshópur 4	kk	2006	4,5	Grunn	Gylli, Runólfur	Bjarni, Kjartan Freyr	17:30-19:00	1					17:30-19:00	1			17:30-19:00	1														2	17					Mánudaga og fimmtudaga	17:00-18:30	Föstudaga 17:30-19:00		Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Andlitsmálningu	Snyrtilega greitt frá andliti	
Framhaldshópur 5	kk	2007	3	Grunn	Karl		17:30-19:00	2			16:00-19:30	2																		2	8							Mánudaga og fimmtudaga	17:00-18:30			Keppnisbolur svartar stuttbuxur	Andlitsmálningu	Snyrtilega greitt frá andliti	

Hopleikskólar																																														
																												1		2		3		4		5		**Samanfingar**	40.				**Búnieur - marts I**	**Búnieur - búðfar**	**Hávesiðsta**	
m/f kvk	kvk		12,5	Hóp	Kenneth, Daniel, Aida	Eva Dróthi	19:00-22:00	7			19:00-22:00	7			19:00-22:00	7	13:00-16:00	7				1	27	2	27	3	27	4	27	5	27	sukaanfingar tilkynntar seinna								
1.fl kvk	kvk		12,5	Hóp	Kenneth, Daniel, Henrik, Rakel		17:30-20:30	7	19:00-22:00	7			19:00-22:00	7			14:30-17:30	7				1	21	2	21	3	21	4	21	5	21	sukaanfingar tilkynntar seinna								
2.fl kvk 1	kvk		12,5	Hóp	Kristinn, Henrik, Aldís, Rakel		15:00-17:30	3	15:30-18:00	3			15:00-17:30	3	15:00-17:30	3			13:00-15:30	3		1	49	2	49	3	49	4	49	5	49	Miðvikudaga og sunnudaga	10:00-21:30 13:00-15:30							
2. fl kvk 2	kvk		12,5	Hóp	Bjarni, Henrik, Aldís		15:00-17:30	4	15:30-18:00	4	15:00-17:30	4	15:00-17:30	4	15:00-17:30	4	15:00-17:30	4				1	0	2	0	3	0	4	0	5	0	Miðvikudaga og sunnudaga	19:00-21:30 13:00-15:30							
2. fl kvk 3	kvk		12,5	Hóp	Dóttir, Pao, Yrsa		17:00-19:30	5	19:00-21:30	5	17:00-19:30	5	17:00-19:30	5	17:00-19:30	5	15:00-17:30	5				1	0	2	0	3	0	4	0	5	0	Miðvikudaga og sunnudaga	19:00-21:30 13:00-15:30							
3. fl kvk 1	kvk		10	Hóp	Bjarni, Dóttir				17:00-19:30	4	17:00-19:30	4	16:30-21:00	4			14:30-17:00	4	Gult - æfing í íþróttaskóla							2	10	4	10	5	10	Fimmtudaga og föstudaga	18:30-21:00	miðvikudaga 17:00 - 19:30	Sunnudaga 14:30-17:00	Keppnisbúkur		Glím mer eftir á hendur		
3. fl kvk 2	kvk		10	Hóp	Kristinn	Óak T.			17:00-19:30	4			17:00-19:30	4	16:30-21:00	4	14:30-17:00	4	Gult - æfing í íþróttaskóla							2	10	4	10	5	10	Fimmtudaga og föstudaga	18:30-21:00	miðvikudaga 17:00 - 19:35	Sunnudaga 14:30-17:00	Keppnisbúkur		Glím mer eftir á hendur		
4. fl kvk 1	kvk		8	Hóp	Bjarni, Yrsa	Rebekka Rut			15:00-17:00	3	15:00-17:00	3			17:00-19:00	4			13:00-15:00	3	Gult - æfing í íþróttaskóla	1	12	2	12							Fimmtudaga og föstudaga	16:00-18:30	miðvikudaga og miðvikudaga 15:00-17:00	Sunnudaga 13:00-15:00	Reyður keppnisbolur svartur hoggrop		Glím mer eftir á hendur		
4. fl kvk 2	kvk		8	Hóp	Kristinn, Yrsa	Berglind Óak			15:00-17:00	4	15:00-17:00	4	17:00-19:00	4			13:00-15:00	4	Gult - æfing í íþróttaskóla	1	11	2	11							Fimmtudaga og föstudaga	16:00-18:30	miðvikudaga og miðvikudaga 15:00-17:00	Sunnudaga 13:00-15:00	Reyður keppnisbolur svartur hoggrop		Glím mer eftir á hendur		
4. fl kvk 3	kvk		8	Hóp	Pao, Dóttir, Yrsa		15:00-17:00	4				4	16:00-18:00	4	15:00-17:00	4	13:00-15:00	4	Gult - æfing í íþróttaskóla	1	8	2	8							Fimmtudaga og föstudaga	16:00-18:30	miðvikudaga og miðvikudaga 15:00-17:00	Sunnudaga 13:00-15:00	Reyður keppnisbolur svartur hoggrop		Glím mer eftir á hendur		
4. fl kvk 4	kvk		6	Hóp	Pao, Dóttir, Yrsa						15:00-17:00	3	16:00-18:00	3			13:00-15:00	3	Gult - æfing í íþróttaskóla	1	12	2	12							Fimmtudaga og föstudaga	16:00-18:30	miðvikudaga og miðvikudaga 15:00-17:00	Sunnudaga 13:00-15:00	Reyður keppnisbolur svartur hoggrop		Glím mer eftir á hendur		
m/f kk	kk		13	Hóp	Bjarni, Dóddi, Yrsa		19:00-22:00		19:00-22:00				18:00-22:00		17:00-20:00							1	0	2	0	3	0	4	0	5	0	**Samanfingar**	40.				**Búnieur - marts I**	**Búnieur - búðfar**	**Hávesiðsta**	
Áhaldaleikskólar																						1		2		3		4		5		sukaanfingar tilkynntar seinna								
																						1		2		3		4		5		**Samanfingar**	40.				**Búnieur - marts I**	**Búnieur - búðfar**	**Hávesiðsta**	
Fyjálsar, 1 þrep	kvk		18	Áhalda	Gummi & Svava		16:30-19:30	7	16:00-19:30	7	16:30-19:30	7	17:00-19:30	7	14:30-16:30	7	10:00-13:30	7				1	5	2	5	3	5	4	5	5	5	sukaanfingar tilkynntar seinna								
1 og 2. þrep	kvk		18	Áhalda	Ferenc & Andrea		17:00-20:00	7	17:00-20:00	7	17:00-20:00	7	19:00-18:00	7	17:00-20:00	7	10:00-13:00	7				1	16	2	16	3	16	4	16	5	16	Þriðjudaga 17:00 - 20:00 Fimmtudaga 17:00 - 20:00								
3 þrep	kvk		15	Áhalda	Ferenc & Svava	Andrea	14:30-17:30	7	14:30-17:30	7	14:30-17:30	7			14:30-17:30	7	13:00-16:00	7				1	14	2	14	3	14	4	14	5	14	Mánudaga 16:00 - 18:30 Föstudaga 17:00 - 20:00				Reyður gerplu bolur, svartur íþróttabuxur	Ósofi			
4 þrep 1	kvk		13	Áhalda	Sif, Birgitta, Maggi, Daníella		17:00-20:00	3			14:30-17:30	3			17:00-20:00	3			15:00-18:30	3		1	14	2	14	3	14	4	14	5	14	Mánudaga 16:00 - 18:30 Föstudaga 17:00 - 20:00				Reyður gerplu bolur, svartur íþróttabuxur	Ósofi			
4 þrep 2	kvk		13	Áhalda	Kati & Lajos		15:00-17:30	4	15:00-17:30	4			15:00-17:30	4	15:00-17:30	4	11:30-14:00	4				1	8	2	8	3	8	4	8	5	8	Mánudaga 16:00 - 18:30 Föstudaga 17:00 - 20:00				Reyður gerplu bolur, svartur íþróttabuxur	Ósofi			
5.þrep 1	kvk		8	Áhalda	Kati & Lajos				17:00-19:00	5	14:30-16:30	5			17:00-19:00	5	14:00-16:00	5								2	11	4	11	5	11	Þriðjudaga 17:00 - 19:00 Sugardrigur 12:00 - 14:00								
5.þrep 2	kvk		8	Áhalda	Kati & Lajos		15:00-17:00	6	15:00-17:00	6			15:00-17:00	6			11:30-13:30	6								2	6	4	6	5	6	Þriðjudaga 17:00 - 19:00 Sugardrigur 12:00 - 14:00								
5.þrep 3	kvk		8	Áhalda	Sigurrós & Þorgerður				16:45-18:45	3			16:45-18:45	3	09:00-11:00	3										2	11	4	11	5	11	Þriðjudaga 17:00 - 19:00 Sugardrigur 12:00 - 14:00								
5.þrep 4	kvk		6	Áhalda	Sif, Daníella & Þorgerður		14:30-17:00	6			14:30-17:30	5			14:30-16:30	5						1	11	2	11							Þriðjudaga 14:30 - 16:30 Sugardrigur 16:00 - 16:00								
5.þrep 5	kvk		6	Áhalda	Daníella, Sif & Sigrún Harpa				14:30-16:30	6	17:00-19:00	6			14:30-16:30	5	13:00-15:00	6				1	11	2	11							Þriðjudaga 14:30 - 16:30 Sugardrigur 16:00 - 16:00								
6.þrep 1	kvk		6	Áhalda	Guðrún Ísis				17:00-19:00	5			17:00-19:00	5				5	13:00-15:00			1	11	2	11							Þriðjudaga 14:30 - 16:30 Sugardrigur 16:00 - 16:00								
6.þrep 2	kvk		6	Áhalda	Eva Hlín & Karenj		17:00-19:00	6			17:00-19:00	6			12:00-14:00	6										2	10	4	10	5	10	Þriðjudaga 17:00 - 19:00 Sugardrigur 12:00 - 14:00								
																						1		2		3		4		5												
Fyjálsar	kk		18	Áhalda	Guillermo, Róbert		18:00-21:00	8	18:00-21:00	8	18:00-21:00	8	18:00-21:00	8	12:00-15:00	8						1	10	2	10	3	10	4	10	5	10	sukaanfingar tilkynntar seinna							Snyttilega greitt frá andliti	
1.þrep	kk		18	Áhalda	Siggi & Maggi		17:00-20:00	8	17:00-20:00	8	17:00-20:00	8	17:00-20:00	8	09:00-12:00	8						1	8	2	8	3	8	4	8	5	8	sukaanfingar tilkynntar seinna							Snyttilega greitt frá andliti	
2.þrep	kk		15	Áhalda	Mykola				17:00-20:00	7	17:00-20:00	7	17:30-20:30	7	17:00-20:00	7	09:00-12:00	7				1	4	2	4	3	4	4	4	5	4	sukaanfingar tilkynntar seinna							Snyttilega greitt frá andliti	
3.þrep	kk		12	Áhalda	Axel																	1	4	2	4	3	4	4	4	5	4	sukaanfingar tilkynntar seinna							Snyttilega greitt frá andliti	
4.þrep	kk		10	Áhalda	Pálmi & Mólli		15:30-18:00	2	15:30-18:00	2		2	15:30-18:00	2								1	6	2	6	3	6	4	6	5	6	sukaanfingar tilkynntar seinna							Snyttilega greitt frá andliti	
5.þrep 1	kk		8	Áhalda	Pálmi & Mólli		15:45-17:45	1			15:45-17:45	1			15:45-17:45	1	10:00-12:00	1													1	miðvikudaga 15:30- 17:00 Þriðjudaga 10:00 - 12:00				Keppnisbúkur svartur buxur	Andlitsmálningu	Snyttilega greitt frá andliti	
5.þrep 2	kk		6	Áhalda	Mykola & Linda		15:30-17:00	2			15:45-17:15	2					12:00-14:00	2								2	10	4	10	5	10	miðvikudaga 15:30- 17:00 Þriðjudaga 10:00 - 12:00				Keppnisbúkur svartur buxur	Andlitsmálningu	Snyttilega greitt frá andliti	
Almenn deild																						1		2		3		4		5												
Krili 1	kk / kvk		1	Almenn	Atli, Björn, Pao, Runólfur, Selma														19:00-10:00																									
Krili 2	kk / kvk		1	Almenn	Atli, Björn, Pao, Runólfur, Selma														10:00-11:00							Sýning á æfingatíma á sumudegi																		
Krili 3	kk / kvk		1	Almenn	Atli, Björn, Pao, Runólfur, Selma														11:00-12:00							Sýning á æfingatíma á sumudegi																		
Krili 4	kk / kvk		1	Almenn	Atli, Björn, Pao, Runólfur, Selma														12:00-13:00							Sýning á æfingatíma á sumudegi																		
Fullorðnir - GGG	kk / kvk		6	Almenn	Ingvar, Axel, Svava				19:30-21:30				19:30-21:30						15:00-17:00							Taka ekki þátt																		
Morgunæfingar GGG	kk / kvk			Almenn	Ingvar		06:15-07:15								06:15-07:15											Taka ekki þátt																		
Morgunæf. Keppnishópar	kk / kvk			Almenn	Daniel & Dóttir		06:30-08:00								06:30-08:00											Taka ekki þátt																		
Unglingar - GUG	kvk		3	Almenn	Ingibjörg & Heiða				18:00-19:30	3			18:00-19:30	3												2						eldri - Miðvikudaga 19:00-21:30 og sumudagur 13:00-15:30	Þriðjudaga og fimmtudaga 16:00-17:00							
Unglingar - GUG	kk		3	Almenn	Dóttir,				19:30-21:00	1	19:30-21:00	1														2						Miðvikudaga og sumudagur	19:00-21:30 13:00-15:30							
Fatlaðir grunnhópur	kk / kvk		1	Almenn	Björn	Ada											13:15-14:15									Taka ekki þátt																		
Fatlaðir framhaldsh.	kk / kvk		3	Almenn	Axel & Eva Hrund		18:30-20:00				18:30-20:00											1		2		3		4		5		Alltí æfingatíma								
Parkour yngri	kk / kvk		3	Almenn	Sindri							2	18:30-20:00				14:00-15:30	2																										
Parkour eldri	kk / kvk		3	Almenn	Sindri							1	20:00-21:30				17:00-18:30	1																										
Power tumbling - junior	kk / kvk		2,5	Almenn	Daniel						17:00-19:30				17:00-19:30																													
Power tumbling - senior	kk / kvk		2,5	Almenn	Daniel				19:30-22:00				19:30-22:00																															
																						1		2		3		4		5												
Brúarskóli			3	Annað	Mykola		12:00-13:00		12:00-13:00				12:00-13:00													Taka ekki þátt																		
Sæskóli dægradvól				Annað	Atli						13:45-14:45				13:45-14:45											Taka ekki þátt																		