

# Stundaskrá haustönn 2017

	Mánudagur		Þriðjudagur		Miðvikudagur		Fimmtudagur		Föstudagur	
	Salur A	Salur B	Salur A	Salur B	Salur A	Salur B	Salur A	Salur B	Salur A	Salur B
08:00										
08:30										
09:00		Praut -Heilsugr							Praut leikfimi	
09:30	Hjartahópur	Arnar					Hjartahópur		Praut slökun	
10:00	Auður	Praut -Heilsugr					Birna		Sigrún	
10:30	Heilsugrunnur	Arnar	Mömmuform		Heilsugrunnur		Mömmuform		Heilsugrunnur	
11:00	Herdís		Matja	FJ 5	María		Matja	FJ 5	Erla	
11:30	Hjartahópur			Fríða			Hjartahópur - BK	Fríða		
12:00	Auður	Pilates	Vefjag.leikf	Lungnahópur - BK			Pilates		Vefjag.leikf	Lungnahópur - BK
12:30	Mömmuform	Magga Joch	Sigrún		Mömmuform		Magga Joch		Sigrún	
13:00	Valgerður			FJ 1	Valgerður	MS hópur I		FJ 1		MS hópur I
13:30	Vefjag.leikf	MS hópur I		Fríða		Siggi	Vefjag.leikf	Fríða		María
14:00	Valgerður	Belinda		FJ 2			Valgerður	FJ 2		
14:30		MS hópur II	Heilsugrunnur	Fríða			MS hópur II	Fríða		
15:00		Belinda	Erla	FJ 3			Siggi	FJ 3		
15:30			Parkinons	Fríða			Parkinons	Fríða		
16:00			Siggi				Siggi			
16:30	Vefjag.jóga	Heilsugrunnur		FJ 4	Vefjag.jóga		Mímir	FJ 4		
17:00	Ásta B	Valgerður/María		Fríða	Ásta B			Fríða		
17:30	Byrjendajóga		Framh.jóga				Framh.jóga			
18:00	Ásta B		Ásta B				Ásta B			