

Opin dagskrá

ATHUGIÐ AÐ ÞAÐ ÞARF AÐ SÆKJA MIÐA Í ALLA
VATNSLEIKFIMITÍMA – MIÐAR ERU SÓTTIR HJÁ SUNDVERÐI
DAGINN FYRIR DAGSKRÁ



Fimmtudagur 2. apríl - skírdagur

- 09:00 Vatnsleikfimi, kröftug – sækja miða í sundlaug daginn áður
- 09:50 Vatnsleikfimi, miðlungs/létt – sækja miða í sundlaug daginn áður
- 11:00 Ganga 2-3 – þeir sem vilja fara lengra geri það á eigin vegum
- 13:00 Háls og herðar/Leikfimi 1 – léttar æfingar
- 14:00 Bakæfingar (niður á gólf)
- 17:00 Slökun í Kapellu

Föstudagur 3. apríl – föstudagurinn langi

- 09:00 Vatnsleikfimi, kröftug - sækja miða í sundlaug daginn áður
- 09:00 Jóga í Kapellu
- 09:50 Vatnsleikfimi, miðlungs/létt - sækja miða í sundlaug daginn áður
- 11:00 Ganga 2-3 – þeir sem vilja fara lengra geri það á eigin vegum
- 13:00 Háls og herðar/Leikfimi 1 – léttar æfingar
- 14:00 Leikfimi – miðlungs/kröftug
- 17:00 Slökun í Kapellu

Laugardagur 4. apríl og sunnudagur 5. apríl -páskadagur

- 17:00 Slökun í Kapellu

Mánudagur 6. apríl – annar í páskum

- 09:00 Vatnsleikfimi, kröftug - sækja miða í sundlaug daginn áður
- 09:50 Vatnsleikfimi, miðlungs/létt - sækja miða í sundlaug daginn áður
- 11:00 Ganga 2-3 – þeir sem vilja fara lengra geri það á eigin vegum
- 13:00 Háls og herðar/Leikfimi 1 – léttar æfingar
- 14:00 Leikfimi – miðlungs/kröftug
- 17:00 Slökun í Kapellu

Opnunartími í morgunmat

Skírdagur	kl. 07:30 - 09:30
Föstud.langi	kl. 07:30 - 09:30
Helgaropnun	kl. 09:00 - 10:00
Annar í páskum	kl. 07:30 - 09:30

Opnunartími baðhúss/sundlauga

Virka daga	kl. 07:30 - 20:30
Skírdagur	kl. 09:00 - 17:30 (opna 8:45)
Föstud.langi	kl. 09:00 - 17:30 (opna 8:45)
Helgaropnun	kl. 10:00 - 17:30
Annar í páskum	kl. 09:00 - 17:30

Þessi dagskrá er með fyrirvara um breytingar