

Grafarvogslaug - Innilaug

Kl.	Mánud	Þriðjud.	Miðvikud	Fimmtud	Föstud
16.05 - 16.55	D - Lið Ísbirnir 1 *	D - Lið Ísbirnir 2	D - Lið Ísbirnir 1	D - Lið Ísbirnir 2 *	D - Lið Ísbirnir 1-2
17.00 - 17.40	E - Lið Selir 1	Svamli 1 3-6 ára	E - Lið Selir 1	Svamli 1 3-6 ára	E - Lið Selir 1
17.45 - 18.30	E - Lið Selir 2	Svamli 2 3-6 ára	E - Lið Selir 2	Svamli 2 3-6 ára	E - Lið Selir 2

***ATH: Á mánudögum og fimmtudögum byrjar D-hópur kl 16.10**

AA-lið	Afrekshópur	12-20 ára	Laugardalslaug
A-lið	Unglingakeppnishópur	12-15 ára	Grafarvogslaug
B-lið	Unglingahópur - byrjendur	10-14 ára	Grafarvogslaug
C-lið	Kennsla og byrjendapjálfun	8-12 ára	Grafarvogslaug
D-lið	Framhald og byrjendur	5-8 ára	Grafarvogslaug
E-lið	Framhaldshópur úr F	3-6 ára	Grafarvogslaug
F-lið	Svamli -byrjendur með foreldrum	3-6 ára	Grafarvogslaug
Garpar	Byrjendur og framhald	fullorðnir	Grafarvogslaug

Yfirþjálfari: Vadim Forafanov

Aðalþjálfari afrekshóps: Vadim Forafonov

Aðrir þjálfarar: Harpa Sævarsdóttir og Zoltán Belónyi