

Íþróttahús Háskóla Íslands - Dagskrá



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	7:45 - 8:45 --- Opinn tími, Jóga, slökun og hugleiðsla Kennari: Guðrún Jóhanna Guðmundsdóttir (salur uppi)		7:45 - 8:45 --- Opinn tími, Jóga, mjúkt jóga og jóga nidra Kennari: Guðrún Jóhanna Guðmundsdóttir (salur uppi)	

12:00 - 12:45 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir konur	12:00 - 12:45 --- Opinn tími starfsfólk, Karfa karlar	12:00 - 12:45 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir konur	12:00 - 12:45 --- Opinn tími starfsfólk, Karfa karlar	12:00 - 12:45 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir konur
Kennari: Guðbjörg Finnsdóttir	Án kennara	Kennari: Guðbjörg Finnsdóttir	Án kennara	Kennari: Guðbjörg Finnsdóttir
12:45 - 13:30 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir karlar		12:45 - 13:30 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir karlar		12:45 - 13:30 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir karlar
Kennari: Guðbjörg Finnsdóttir		Kennari: Guðbjörg Finnsdóttir		Kennari: Guðbjörg Finnsdóttir
15:00 - 16:00 --- Opinn tími, Karfa	15:30 - 16:15 --- Opinn tími starfsfólk, Pilates og	15:00 - 16:00 --- Opinn tími, Karfa		15:00 - 16:00 --- Opinn tími, Blak
Án kennara	Kennari: Védís Grönvold (salur uppi)	Án kennara		Án kennara
16:00 - 17:00 --- Opinn tími, Jóga	16:00 - 17:00 --- Opinn tími, Jóga	16:00 - 17:00 --- Opinn tími, Þrek	16:00 - 17:00 --- Opinn tími, Jóga	16:00 - 17:00 --- Opinn tími, Þrek
Kennari: María Ýr Valsdóttir	Kennari: María Ýr Valsdóttir	Án kennara	Kennari: María Ýr Valsdóttir	Án kennara
17:00 - 18:15 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir karlar	17:00 - 17:45 --- Opinn tími, Ketilbjöllur	17:00 - 18:15 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir karlar	17:00 - 17:45 --- Opinn tími, Ketilbjöllur	17:00 - 18:15 --- Opinn tími starfsfólk, Íþróttir karlar
Án kennara	Kennari: Guðný Tómasdóttir	Án kennara	Kennari: Guðný Tómasdóttir	Án kennara

Skýring

	Opinn tími í íþróttasalnum fyrir starfsfólk
	Opinn tími í íþróttasalnum fyrir alla
	Opinn tími í teygjusalnum uppi