

Senn liður að vetrarstarfi íþróttanefndar FaMos og verður dagskráin sem hér segir:

Vatnsleikfimi

í Lágafellslaug verður á mánudögum kl. 11:05, miðvikudögum og föstudögum kl. 11:20.

Þátttökugjald á haustönn (sept. – des.) er kr. 3.500 einu sinni í viku, kr. 7.000 tvisvar í viku og kr. 10.500 þrisvar í viku.

Fyrsti tími 16. september.

Boccia

verður á miðvikudögum í íþróttahúsinu að Varmá kl. 11:30.

Fyrsti tími 18. september.

Ringó

verður þriðjudaga og fimmtudaga að Varmá kl. 11:30.

Fyrsti tími 17. september.

Leikfimi

Verður á fimmtudögum á Eirhömrum.

Hópur 1, kl. 10:45, áhersla á aðeins léttari leikfimi, hentar vel veikburða fólki og fólki með grindur.

Hópur 2, kl. 11:15, almenn leikfimi fyrir þá sem eru í ágætis formi.

Fyrsti tími 5. september.

Skáktímar

á Eirhömrum klukkan 13:00.

Fyrsti tími 16. september.

Bestu kveðjur

Pétur Guðmundsson, formaður íþróttanefndar FaMos

Sími: 868 2552

Netfang: peturgud@simnet.is,