

Áætlun í íþróttum haustönn

Vika	<u>Yngstastig</u>	<u>Miðstig</u>	<u>Elstastig</u>
27. -30. ágúst	<u>ÚTI</u> Göngutúr/Ærslabelgur-Leikir/Folf	<u>ÚTI</u> Leikir/Folf	<u>ÚTI</u> Leikir/Folf
2.- 6.sept	Heilsuhringur-Útihlaup	Útihlaup	Útihlaup
9. – 13. sept.	Leikir/sparkó/fótbolti	Hafnarbolti/fótbolti	Hafnarbolti/fótbolti
16. – 20. sept	Spretthlaup/langstökk Norræna skólahlaupið	Spretthlaup/langstökk Norræna skólahlaupið	Spretthlaup/langstökk Norræna skólahlaupið
23. – 27. sept	Leikir/Boðhlaup/Folf	Leikir/Boðhlaup/Folf	Leikir/Boðhlaup/Folf
30.– 4. okt	INNI Stöðupróf/Leikir/samhæfing	INNI Stöðupróf/Leikir	INNI Stöðupróf/Leikir
7.-11. okt.	Stöðupróf/Leikir/Sippa/húlla	Stöðupróf/Leikir/sippa	Stöðupróf/Leikir/sippa
14. – 18. okt	Badminton/leikir með flugu og jafnvægi	Badminton	Badminton
21. – 25. okt	Skotboltaleikir/Gryfjubolti/Brennó	Skotboltaleikir/Gryfjubolti/Brennó	Skotboltaleikir/Gryfjubolti/Brennó
28.okt – 1.nóv	Stöðvaþjálfun (styrktaræfingar-þrek)	Stöðvaþjálfun (styrktaræfingar-þrek)	Stöðvaþjálfun (styrktaræfingar-þrek)
4. – 8. nóv.	Píp-test	Píp-test	Píp-test
11. – 12. nóv.	SparkóKíló-boltavinna	SparkóKíló-boltavinna	SparkóKíló-boltavinna

Áætlun í íþróttum miðönn

Vika	<u>Yngstastig</u>	<u>Miðstig</u>	<u>Elstastig</u>
18.-22. nóv	Leikir/sippa/samhæfing	Leikir/sippa	Leikir/sippa
25.-29.nóv	Leikir	Ringo/Leikir	Ringo/Leikir
2.-6.des	Körfubolti/boltaæfingar boðhlaup	Körfubolti/boltaæfingar boðhlaup	Körfubolti/boltaæfingar boðhlaup
9.-13.des	Fimleikar(styrkur)-Jólagæsin	Fimleikar(styrkur)-Jólagæsin	Fimleikar(styrkur)-Jólagæsin
16.-18.des	Jólagæsin/ Tarzanleikur	Jólagæsin/ Tarzanleikur	Jólagæsin/ Tarzanleikur
6.-10.jan	Samvinnuleikir	Samvinnuleikir	Samvinnuleikir
13.-17.jan	Frjársar	Frjársar	Frjársar
20.-24.jan	Handbolti/boltavinna	Handbolti/boltavinna	Handbolti
27.-31.jan	Handbolti/frjársar	Handbolti/frjársar	Handbolti/frjársar
3.-7.feb	Stöðvaþjálfun/þrek	Stöðvaþjálfun/þrek	Stöðvaþjálfun/þrek
10.-12.feb	Bandý/fótbolti (æfingar)	Bandý/fótbolti (æfingar)	Bandý/fótbolti (æfingar)
11.-15.feb	Stöðvaþjálfun/þrek	Stöðvaþjálfun/þrek	Stöðvaþjálfun/þrek

Áætlun í íþróttum vorönn

Vika	<u>Yngstastig</u>	<u>Miðstig</u>	<u>Elstastig</u>
18.-21. febrúar	Leikir/sippa/samhæfing	Leikir/sippa	Leikir/sippa
24.-28.febrúar	Fimleikar (loftdýna og kaðlar)	Fimleikar (loftdýna og kaðlar)	Fimleikar (loftdýna og kaðlar)
2. – 6. mars	Hlaupaleikir/samhæfing	Hlaupaleikir/samhæfing	Hlaupaleikir
9. – 13. mars	Fimleikar (trampólín og hestur)	Fimleikar (trampólín og hestur)	Fimleikar (trampólín og hestur)
16. - 20.mars	Blak	Blak	Blak
23.-27 mars	Stöðvaþjálfun - Þrek	Stöðvaþjálfun – Þrek	Stöðvaþjálfun - Þrek
30.-3. apríl	Bandý/fótbolti/körfubolti	Bandý/fótbolti/körfubolti	Bandý/fótbolti/körfubolti
14.-17. apríl	Píp-test	Píp-test	Píp-test
20.-22. apríl	Stöðupróf/Leikir	Stöðupróf/Leikir	Stöðupróf/Leikir
27.-30. apríl	Stöðupróf/SparkóKýló	Stöðupróf/SparkóKýló	Stöðupróf/SparkóKýló
4.-8. maí	<u>ÚTI</u> Leikir-fótbolti-frjálsar-göngutúrar Útihlaup	<u>ÚTI</u> Fótbolti-göngutúrar Útihlaup	<u>ÚTI</u> Fótbolti-hafnarbolti Útihlaup
11.-15. maí	Leikir-fótbolti-hafnarb.-göngutúrar	Leikir-fótbolti-hafnarb.-folf	Leikir-fótbolti-hafnarb-folf
18.-20. maí	Leikir-fótbolti-folf-göngutúrar	Leikir-fótbolti-folf	Leikir-fótbolti-folf