



# Sunddeild Ármanns

## 2020-2021

Laugardalslaug	Mánudagur	Þriðjudagur	Mivikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugadagur
Sundskóli 4 Hjalti		16:40-17:10*				
Svamlarar Hjalti	16:05-16:45*		15:50-16:30*			
Sporðar Hjalti	15.00-16:00			15.00-16:00		
Snorklarar Hjalti	15.00-16:00	15.30-16:30		15.00-16:00		
Sprettarar Þrek Jóhanna Gerða	18:30-20:00	18:30-20:00	16:30-18:30 15:30-16:30	17:00-18:30 16:30-17:00	18:00-20:00	
Framtíðarhópur Þrek Hjalti	18:30-20:30 17:15-18:15	18:30-20:30 18:00-18:30	16:30-18:30 18:45-19:45	16:30-18:30 16:00-16:30		10:15-12:15
Afrekshópur Morgunæfing Kvöldæfing Þrek Hjalti	18:30-20:30 17:15-18:15	05:30-07:15 18:30-20:30 18:00-18:30	16:30-18:30 18:45-19:45	05:30-07:15 16:30-18:30 16:00-16:30		10:15-12:15 09:00-10:00

\*í útilaug

Sundhöllin	Mánudagur	Þriðjudagur	Mivikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur
Sundskóli 4 Emilía			16:30-17:00			
Svamlarar Emilía	17:05-17:45		17:05-17:45			
Sporðar Emilía	17:50-18:50		17:50-18:50			
Kafarar Jóhanna Iða	17:30-19:00		16:00-17:30	16:30-18:00		
Framtíðarhópur Þrek Hjalti					16:00-18:00 15:30-16:00	
Afrekshópur Þrek Hjalti					16:00-18:00 15:30-16:00	

[sund@armenningar.is](mailto:sund@armenningar.is)

[www.armenningar.is/sund](http://www.armenningar.is/sund)





Árbæjarlaug	Mánudagur	Þriðjudagur	Mivikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur
Sundskóli 1, 2, 3, 4 Ellý & Sigrún			H: 1 16:40 - 17:10 H: 2 17:15 - 17:55 H: 3 18:00 - 18:30 H: 4 18:35 - 19:05			
Buslarar Anni & Hildur		16:20-17:00		16:20-17:00		
Svamlarar Anni & Hildur		17:05-17:45		17:05-17:45		
Sporðar Beló	16:00-17:00*		16:15-17:15*			
Snorklarar Beló	17:00-18:00*	17:30-18:30*		17:30-18:30*		
Kafarar Þrek Beló	18:00-19:30*	16:00-17:30*	17:45-19:00* 17:15-17:45	16:00-17:30*		
Garpar Beló		18:30-19:30*		18:30-19:30*		
Skriðsundsnámskeið Beló		*18:30-19:30*		18:30-19:30*		

\*Í útilaug

## Verðskrá Haust 2020

Hópur	Æfingar í viku	Fjöldi í hóp	Aldur	Gjöld	Tímabil	Laugar
Sundskóli 1, 2, 3, 4	1 * 30 mín 9 skipti	12	3-6	16000	17. ágúst - 16. okt 19. okt - 16. des	Árbæjarlaug
Sundskóli 4	1 * 30 mín 9 skipti	6	5-6	16000	24. ágúst - 16. okt 19. okt - 16. des	Sundhöll, Laugadalur
Buslarar	2 * 40mín	16	5-6	35500	22. ágúst - 15. des	Árbæjarlaug
Svamlarar	2 * 40mín	12 16 Árbæ	6-7	35500	22. ágúst - 15. des	Árbæjarlaug, Sundhöll, Laugadalur
Sporðar	2 * 60 mín	16	6-8	39500	22. ágúst - 15. des	Árbæjarlaug, Sundhöll, Laugadalur
Snorklarar	3 * 60 mín	16	7-9	49500	22. ágúst - 15. des	Árbæjarlaug, Laugadalur
Kafarar	3-4 * 90 mín	16	8-11	63500	22. ágúst - 15. des	Árbæjarlaug, Sundhöll
Sprettarar	5 * 90-120 mín 2 * 45 mín	18	10-13	68500	22. ágúst - 15. des	Laugadalur
Framtíðarhópur	6-7 * 120 mín og þrek 2 í viku	16	12-14	69500	10. ágúst - 31. des	Laugadalur
Afrekshópur	6-9 * 120 mín og þrek 3 í viku	16	13-25	72000	10. ágúst - 31. des	Laugadalur
Skriðsundsnámskeið	2 * 60 mín 8 skipti	10	20-99	13000	1. sept - 24. sept 29. sept - 22. okt 27. okt - 29. nóv	Árbæjarlaug
Garpar	2 * 60 mín	10	20-99	5000	Mánuðurinn	Árbæjarlaug

[sund@armenningar.is](mailto:sund@armenningar.is)

[www.armenningar.is/sund](http://www.armenningar.is/sund)





[sund@armenningar.is](mailto:sund@armenningar.is)

[www.armenningar.is/sund](http://www.armenningar.is/sund)

