



Judofélag Reykjavíkur

STUNDASKRÁ 2019

Byrjendur og framhald 8-10 ára í sal A/B.
Þriðjudaga, fimmtudaga og laugardaga kl. 17:00-18:00

Byrjendur og framhald 11-14 ára í sal A/B.
Mánudaga, miðvikudaga og föstudaga kl. 17:30-18:30 og laugardaga kl. 17:00-18:00

Byrjendur konur/karlar (15 ára og eldri) í sal A.
Mánudaga og miðvikudaga kl. 20:00-21:00 og fimmtudaga kl. 18:30-20:00

Framhald 15 ára og eldri í sal A
Þriðjudaga, fimmtudaga og föstudaga kl. 18:30-20:00

Meistaraflokkur (Mfl) í sal A.
Mánudaga, þriðjudaga, miðvikudaga, fimmtudaga og föstudaga kl. 18:30-20:00

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur
09:30-10:30						
13:00-15:00						Open Mats 15 ára og eldri og öll beltí
17:00-18:00		Byrjendur/framh. 8 - 10 ára Salur A og eða B		Byrjendur/framh. 8-10 ára Salur A og eða B		Byrjendur/framh. 8-10 og 11-14 ára Salur A og eða B
17:30-18:30	Byrjendur/framh. 11-14 ára Salur A og eða B		Byrjendur/framh. 11-14 ára Salur A og eða B		Byrjendur/framh. 11-14 ára Salur A og eða B	Masters/Old boys
18:30-20:00	Meistaraflokkur Salur A	Mfl & framhald 15 ára og eldri Salur A	Meistaraflokkur Salur A	Mfl/framhald & byrjendur 15 ára og eldri Salur A	Mfl & framhald 15 ára og eldri Salur A	
20:00-21:00	Byrjendur 15 ára og eldri Salur A	Kvennaæfingar 15 ára og eldri	Byrjendur 15 ára og eldri Salur A	Kvennaæfingar 15 ára og eldri		