

# Æfingatafla Taekwondódeildar ÍR vetur 2009-2010

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur	Þjálfarar
<b>Börn - 10</b> (‘03, ‘02, ‘01)	Fellaskóli Kl.17:00-18:00		Fellaskóli Kl.18:00-19:00					Jakob 823-4074 <a href="mailto:jakobant@gmail.com">jakobant@gmail.com</a> Ólafur 825-7267 <a href="mailto:olafur@eimskip.is">olafur@eimskip.is</a>
<b>Börn + 10</b> (‘00, ‘99, ‘98, ‘97)		ÍR heimili kj. Kl.18:10-19:00		ÍR heimili kj. Kl.18:00-18:50		ÍR heimili kj. Kl.09:30-10:30		Jakob 823-4074 <a href="mailto:jakobant@gmail.com">jakobant@gmail.com</a> Ólafur 825-7267 <a href="mailto:olafur@eimskip.is">olafur@eimskip.is</a>
<b>Fullorðnir byrjendur</b> (hvít-græn belti)	ÍR heimili 2.hæð Kl.19:00-20:30	ÍR heimili kj. Kl.19:00-20:30		ÍR heimili kj. Kl.19:00-20:30		ÍR heimili kj. Kl.10:30-12:00		Jakob 823-4074 <a href="mailto:jakobant@gmail.com">jakobant@gmail.com</a> Ólafur 825-7267 <a href="mailto:olafur@eimskip.is">olafur@eimskip.is</a>
<b>Fullorðnir framhald</b> (blá belti og hærrí)	ÍR heimili 2.hæð Kl.120:30-22:00	ÍR heimili kj. Kl.20:30-22:00		ÍR heimili kj. Kl.20:30-22:00		ÍR heimili kj. Kl.10:30-12:00		Jakob 823-4074 <a href="mailto:jakobant@gmail.com">jakobant@gmail.com</a> Ólafur 825-7267 <a href="mailto:olafur@eimskip.is">olafur@eimskip.is</a>