

STUNDASKRÁ KARATEDEILDAR HAUKA

Gildir frá og með 16. ágúst 2023

Tími	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
18:00	B1	FB	B1	FB	FB
19:00	FU1/FU2	FU1	FU2	FU1/FU2	
20:30	Þrek	Kata		Kumite	

Flokkur		Þjálfarar
B1	Byrjendur og hálf gult belti	Kristján og Lalita
FB	Framhald börn, gult-blátt belti	Gunni og Máni
FU1	Byrjendur og framhald unglíngar og fullorðnir, blátt belti	Gunni
FU2	Framhald unglíngar og fullorðnir, fjólublátt belti og yfir	Kristján
FU1/FU2	Sameiginleg æfing FU1 og FU2	Gunni/Kristján
Þrek		Ýmsir
Kata		Ýmsir
Kumite		Ýmsir

Aldursskiptingar	
Börn	6-11 ára
Unglíngar	12-16 ára
Fullorðnir	17 ára og eldri

Stundaskráin er birt með fyrirvara um villur og getur breyst án fyrirvara