

Dagsetning: 26.-27. nóvember 2022

Staðsetning: Höfuðstöðvar KSÍ í Laugardal, Kórinn og Egilshöll

### Dagskrá

#### Laugardagur 26. nóvember, höfuðstöðvar KSÍ (bóklegt) og Kórinn (verklegt)

8.00-8.20	Setning og útskýring á KSÍ B þjálfaraskóla	
8.20-9.00	Þjálfun í fjölmenningu - ÞE	Bóklegt
9.10-9.50	Þjálfun kvenna með tilliti til tíðarhringsins - KÝF	Bóklegt
9.50-10.30	Þjálfun kvenna með tilliti til tíðarhringsins - KÝF	Bóklegt
10.40-11.20	Leikfræði – sóknarleikur - DSJ	Bóklegt
11.20-12.00	Leikfræði – sóknarleikur - DSJ	Bóklegt
12.00-13.00	Matarhlé	
13.00-13.40	Leikfræði - Föst leikatriði - DSJ	Bóklegt
13.40-14.20	Leikfræði - Föst leikatriði - DSJ	Bóklegt
14.20	Keyrt í Kórinn	
15.00-15.40	Leikfræði - Föst leikatriði - DSJ	Verklegt*
15.50-16.30	Leikfræði - Föst leikatriði - DSJ	Verklegt*

#### Sunnudagur 27. nóvember, Egilshöll (fyrir matarhlé) og höfuðstöðvar KSÍ (eftir matarhlé)

8.50-9.30	Leikfræði – sóknarleikur - DSJ	Verklegt*
9.30-10.10	Leikfræði – sóknarleikur - DSJ	Verklegt*
10.10-10.50	Leikfræði – sóknarleikur - DSJ	Verklegt*
10.50-11.30	Leikfræði – sóknarleikur - DSJ	Verklegt*
11.30-12.30	Matarhlé	
12.30-13.10	Félagsfræði íþróttá - VH	Bóklegt
13.10-13.50	Félagsfræði íþróttá - VH	Bóklegt
14.00-14.40	Félagsfræði íþróttá - VH	Bóklegt
14.40-15.20	Félagsfræði íþróttá - VH	Bóklegt

\* Þátttakendur virkir í verklega hluta

KSÍ B þjálfaraskóli er hluti af KSÍ B 4 námskeiðinu. Ljúka þarf KSÍ B þjálfaraskólanum fyrir 15. febrúar 2023.

**Kennarar:** Þórður Einarsson (ÞE), Katrín Ýr Friðgeirsdóttir (KÝF), Davíð Snorri Jónasson (DSJ), Viðar Halldórsson (VH).

**Námskeiðsstjórar:** Arnar Bill Gunnarsson og Dagur Sveinn Dagbjartsson.

100% mætingarskylda er á námskeiðið. Þátttakendur eru beðnir um að hafa mér sér föt til knattspyrnuíðkunar á laugardag og sunnudag.