

Dagsetning: 8.-10. nóvember 2019

Staðsetning: Grunnskóli Reyðarfjarðar (bóklegt) og Fjarðabyggðahöllin (verklegt)

Föstudagur 8. nóvember, Grunnskóli Reyðarfjarðar

14.00-14.10	Setning og ýmsar upplýsingar	
14.10-14.50	Þjálfarinn – EHH	bóklegt
14.50-15.30	Þjálfarinn – EHH	bóklegt
15.40-16.20	Þjálfun 9-12 ára leikmanna – EHH	bóklegt
16.20-17.00	Leikfræði – EHH	bóklegt
17.00-17.40	Matarhlé	
17.40-18.20	Leikfræði 5v5 og 8v8 – EHH	bóklegt
18.20-19.00	Siðferði þjálfara – EHH	bóklegt

Laugardagur 9. nóvember, Grunnskóli Reyðarfjarðar (bóklegt) og Fjarðabyggðahöllin (verklegt)

9.00-9.40	Líkamsþjálfun 5-12 ára – EHH	bóklegt
9.40-10.20	Líkamsþjálfun 5-12 ára – EHH	bóklegt
10.30-11.10	Tímaseðlagerð – EHH	bóklegt
11.10-11.50	Markmannsþjálfun - AM	bóklegt
12.00-13.00	Matarhlé	
13.00-13.40	Æfingakennsla** - EHH	verklegt
13.40-14.20	Æfingakennsla** - EHH	verklegt
14.20-15.00	Æfingakennsla** - EHH	verklegt
15.00-15.40	Æfingakennsla** - EHH	verklegt
15.40-16.20	Æfingakennsla** - EHH	verklegt

Sunnudagur 10. nóvember, Fjarðabyggðahöllin (verklegt) og Grunnskóli Reyðarfjarðar (bóklegt)

9.00-9.40	Líkamsþjálfun 5-12 ára** - EHH	verklegt
9.40-10.20	Líkamsþjálfun 5-12 ára ** - EHH	verklegt
10.30-11.10	Æfing 5. flokkur* - EHH	verklegt
11.10-11.50	Æfing 5. flokkur* - EHH	verklegt
11.50-12.50	Matarhlé	
12.50-13.30	Umræður – EHH	bóklegt
13.30-14.10	Umræður – EHH	bóklegt
14.20-15.00	Skyndihjálpi – RKÍ	bóklegt
15.00-15.40	Skyndihjálpi – RKÍ	bóklegt

* Sýnikennsluhópur frá félagi

** Þátttakendur virkir

Kennarar: Eysteinn Húni Hauksson (EHH), Amir Mehica (AM) og Rauði kross Íslands (RKÍ).

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.