



Æfingaferð til Akureyrar hjá 3. flokka karla - 2021



Tími	Föstudagur 16. júlí	Staðsetning
8:20	Mæting	Kórinn
9:00	Brottför stundvíslega	
11:00	Stoppað í Staðarskála til að snæða Mælum með að strákarnir séu líka með nesti	
14:00	Áætluð koma til Akureyrar	
	Innritun á Hótel Eddu	
17:00 – 18:00	Síðdegisæfing	Boginn
19:00	Kvöldverður Sveppasúpa og brauð í forrétt Lax & Sætar kartöflur/ Salat	Icelandair Hótel
21:30	Allir komnir inn í sín herbergi	Ró kl. ???

Tími	Laugardagur 17. júlí	Staðsetning
8:30	Morgunverður	Hótel Edda
10:00-11:00	Æfing	Boginn
12:30	Hádegisverður Pastaréttur	
	Hvíld/Frjáls tími	
14:30 – 15:30	Æfing hjá þeim sem eru ekki að keppa 18. júlí	Skansinn
19:00	Kvöldverður Sveppasúpa og brauð í forrétt Tortillur	Icelandair Hótel
21:30	Allir komnir inn í sín herbergi	Ró kl.???

Tími	Sunnudagur 18. júlí - Leikdagur	Staðsetning
8:00	Morgunverður	Hótel Edda
10:00	A lið fær sér léttu næringu fyrir leik	
11:00	Mæting hjá A liði	Þórsvöllur
12:00 – 14:00	Þór – HK	
11:30	C lið fær sé léttu næringu fyrir leik	
12:30	Mæting hjá C liði	
13:30-15:30	Þór – HK	Þórsvöllur
16:00 - 18:00	KA – HK í Pepsídeildinni	Greifavöllurinn
18:15 - 19:30	Frjálstími ?	
19:40	Pizzhlaðborð	Greifinn
22:00	Allir komnir inn í sín herbergi (athuga tíma hér þar sem farið út að borða)	

Gleði Virðing Metnaður



Æfingaferð til Akureyrar hjá 3. flokka karla - 2021



Tími	Mánudagur 19. júlí	Staðsetning
8:30	Morgunverður	Hótel Edda
10:00 – 11:30	Morgunæfing	Boginn
12:30	Hádegisverður Hakk og Spaghattí	Icelandair Hótel
	Hvíld – frjáls tími	
14:00 – 15:30	Síðdegisæfing	Boginn
19:00	Kvöldverður Sveppsúpa og brauð í forrétt Kjúklingabringa/kartöflur og salat	Icelandair Hótel
21:30	Allir komnir inn í sín herbergi	

Tími	Þriðjudagur 20. júlí	Staðsetning
8:30	Morgunverður	Hótel Edda
10:00 – 11:30	Morgunæfing	Boginn
12:30	Hádegisverður Kjúklingasalat	Icelandair Hótel
	Frjáls tími	
19:00	Kvöldverður Sveppasúpa og brauð í forrétt Lasanga	Icelandair Hótel
21:30	Allir komnir inn í sín herbergi	

Tími	Miðvikudagurinn 21. júlí	Staðsetning
8:30	Morgunverður	Hótel Edda
10:00 -11:00	Morgunæfing	Boginn
12:00	Hádegisverður	Icelandair Hótel
13:00	Brottför frá Hótel Eddu	
18:00	Áætluð heimkoma	Kórinn

Fararstjórar	Símanúmer
Þorvar Hafsteinsson	692-3331
Karl Ágúst Guðmundsson	661-4437
Þjálfarar	Símanúmer
Tóti	892-4346
Guðjón Geir	691-5870

Gleði Virðing Metnaður



Æfingaferð til Akureyrar hjá 3. flokka karla - 2021



Hagnýtar upplýsingar

Þessu þarf að pakka

Keppnisfatnaður:

- Stuttermabolur
- Stuttbuxur
- HK sokkar
- Legghlífur
- HK félagspeysa
- Fótoltaskór
- Vatnsbrúsi

Annað:

- Sundföt
- Handklæði
- Tannbursta og tannkrem
- Aukaföt

Gleði Virðing Metnaður