



Æfingaaðstaða

Utanhús;

Gervigrasvöllur/aðalvöllur við Fylkisveg - 68/105 mtr upphitaður og flóðlýstur

Gervigrasvöllur við Fylkisveg - 68/105 mtr upphitaður og flóðlýstur

Sparkvöllur með gervigrasi - 20/40 mtr upphitaður og flóðlýstur
Æfingar eru að jafnaði alla virka daga frá 16.00 – 22.30 um helgar frá 09.00 – 16.00

Grasvöllur samtals um 12.000 m² – flokkar aðrir en afreksflokkar æfa einu sinni í viku að jafnaði, afreksflokkar alla daga 1,5 – 3 tíma í senn á sumrin

Innahúss;

Elstu flokkar æfa 2 – 3 tíma á viku í Egilshöll/ÍR-húsi yfir veturinn

Yngri flokkar æfa í innanhús í Norðlingaskóla, Árbæjarskóla og Egilshöll auk úti æfinga á Fylkisvelli yfir vetrartímann.

Aðstaða fyrir skyndihjálp er í viðkomandi íþróttahúsum, Fylkishöll/skólum eða Egilshöll/ÍR húsi