

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	15:00-16:00			
	*Byrjendur			
17:00-18:00	16:30-17:15	17:00-18:00		16:30-17:15
6-12 ára	Mini-karate	6-12 ára		Mini-karate
18:00-19:30	17:30-19:00	18:00-19:30	17:30-19:00	17:30-19:00
Elite 13+	Elite 13+	Elite 13+	Elite 13+	**Keppnisæfing
	19:00-20:30		19:00-20:30	
	Goju-ryu karate fyrir fullorðna		Goju-ryu karate fyrir fullorðna	

*Athugið að byrjendum er einnig velkomið að mæta með 6-12 ára

**Keppnisæfingar eru opnar öllum 6 ára og eldri sem hafa áhuga á að æfa meira og taka þátt á mótum

ATH: 10-12 ára eru velkomin einu sinni í viku á Elite æfingu, annaðhvort á þriðjudögum eða fimmtudögum