



## Lotur í Íþróttakademíu GRV og ÍBV 2018-2019

Þriðjudaga og fimmtudaga kl. 6:20 - 7:20

### Handboltaakademía

Lota 1	3. – 14. september	(2 vikur)
Lota 2	29. október – 16. nóvember	(3 vikur)
Lota 3	11. – 22. febrúar	(2 vikur)

### Fótboltaakademía

Lota 1	26. nóvember – 7. desember	(2 vikur)
Lota 2	14. janúar – 1. febrúar	(3 vikur)
Lota 3	25. mars – 5. apríl	(2 vikur)

### Styrktaræfingar

Allan veturinn, handbolti og fótbolti saman.

Stelpur – mánudaga

Strákar – miðvikudaga