



Frjálsíþróttæfingar

Æfingar í sumar **7.júní - 30. júlí.**
Þriðjudaga og fimmtudaga kl. 10:30-12:00
Þjálfarinn hittir ykkur bakvið íþróttahús



Fjölbreyttar æfingar og leikir eru notaðir í þjálfun ásamt að markvisst er farið í einstakar greinar innan frjálsra íþróttar, hlaup, stökk og köst. Þjóðum nýjum iðkendum að koma og prufa að æfa í eina viku áður en gengið er frá skráningu.

Þjálfari: Mariano Ferreya

Skráningar fara fram í Sportabler

Verð: 10.500 kr.

