

# ÍAK einkaþjálfun

1. önn | 2010 | Reykjanesbæjarhópar A og B

Kennsluáætlun

ÁGÚST	Vika 31							Vika 32							Vika 33						Vika 34						Vika 35				
	Vinnuhelgi A&B																														
Dagsetning	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Dagur	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	
Fyrir hádegi														VOH																	
Eftir hádegi											SET		NÆR	VOH		NÆR					VOH		NÆR					VOH			

SEPTEMBER	Vika 35					Vika 36							Vika 37						Vika 38						Vika 39						
	Vinnuhelgi A												Vinnuhelgi B												Próf						
Dagsetning		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Dagur		M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F
Fyrir hádegi											NÆR	ÞJÁ <sup>V</sup>						NÆR	ÞJÁ <sup>V</sup>							VOH					
Eftir hádegi		NÆR	ÞJÁ <sup>F</sup>				VOH		NÆR		GES ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	VOH		NÆR		GES ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>			NÆR						SKY	ÞJÁ <sup>F</sup>	

OKTÓBER	Vika 39					Vika 40						Vika 41						Vika 42						Vika 43									
	Próf										Vinnuhelgi A						Vinnuhelgi B																
Dagsetning				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	
Dagur				F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	
Fyrir hádegi							NÆR					LEF	ÞJÁ <sup>V</sup>						LEF	ÞJÁ <sup>V</sup>													
Eftir hádegi									SKY		SKY	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>						SKY	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>			LEF				LEF		LEF	ÞJÁ <sup>F</sup>		

NÓVEMBER	Vika 44							Vika 45							Vika 46					Vika 47						Vika 48					
	Vinnuhelgi A							Vinnuhelgi B							Vinnuhelgi A					Próf			Vinnuhelgi B								
Dagsetning	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Dagur	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	
Fyrir hádegi					LEF	ÞJÁ <sup>V</sup>						LEF	ÞJÁ <sup>V</sup>						ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>			LEF			ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>				
Eftir hádegi	LEF		LEF		GES ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>			LEF		GES ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>		ÞJÁ <sup>F</sup>				GES ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>			GES ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>	ÞJÁ <sup>V</sup>				

DESEMBER	Vika 48					Vika 49							Vika 50						Vika 51						Vika 52														
	Próf																																						
Dagsetning		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
Dagur		M	Þ	M	F	F	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F			F	M	Þ	M	F	F	L	S	M	Þ	M	F	F							
Fyrir hádegi						ÞJÁ																																	
Eftir hádegi																																							

- NÆR Næringarfræði
- VOH Vöðva- og hreyfifræði
- GES Gestir
- LEF Lífeðlisfræði
- ÞJÁ<sup>V</sup> Þjálfraði - Verkleg kennsla
- ÞJÁ<sup>F</sup> Þjálfraði - Fyrirlestur á netinu
- SKY Skyndihjálp

- Almenn tímaregla á vinnuhelgum
- Fös | 12:00-19:00
- Lau | 09:00-16:00
- Sun | 09:00-16:00
- Próf
- Hjá Keili klukkan 10.30-12.30