

# ÍAK Styrktarþjálfun

# VOR 2024

	mán	þrið	mið	fim	fös	lau	sun
Janúar	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
Febrúar	29	30	31	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
Mars	26	27	28	29	1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
Apríl	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
Maí	22	23	24	25	26	27	28
	29	30	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	1	2
	3	4	5	6	7	8	9

Skörun áfanga, frá fyrsta netfyrirlestri að lokaprófi

- SOL-DW
- Syklar- og aflþjálfun
- MÆL-MP
- Akastansingar / þróttvíska
- PLY-MP
- Syklarþjálfun og þjálfunaráætlanagerð
- INÆ-AG
- Þróttæmngjörnd
- SÞP-MP
- Þróttæmngjörnd
- Þróttæmngjörnd

Fyrstu netfyrirlestrar áfanga hefjast á fim/mán/þrið. (sjá litla litaða reiti í töflu)  
 Stundartaflan er birt með fyrirvara um breytingar  
 Útg. 2.11.2023