



**Boys and girls!**

**Welcome to Valur**

**2009 -2010**

Câu lạc bộ bóng đá Valur xin thông báo thời gian biểu cho mùa thu đông 2009-2010. Khi làm thời gian biểu này chúng tôi phải để ý đến rất nhiều yếu tố như tuổi tác của người tham gia, khi nào thì các huấn luyện viên rảnh, các trận đấu của nhóm ngoại hạng của câu lạc bộ và chúng tôi cố gắng hết sức đáp ứng các cháu để các cháu có thể tham gia nhiều hơn một môn thể thao tại câu lạc bộ. Mục tiêu của Valur là cung cấp cho trẻ em và thanh thiếu niên sự giáo dục vượt bậc về thể thao với nhấn mạnh vào sự vui vẻ, tự tin và lối sống lành mạnh. Mùa đông năm nay Valur sẽ tiếp tục cộng tác với những nhà trông trẻ sau giờ học và tổ chức các chuyến xe chở từ các nhà trông trẻ sau giờ học tại khu phố cho các em từ lớp 1 đến 4 tới các buổi tập bắt đầu lúc 15:00 hoặc 16:00. Trường dạy nhảy Dansskóli Jóns Péturs og Köru sẽ được diễn ra tại cơ ngơi của câu lạc bộ Valur mùa đông năm nay và có thể tận dụng các chuyến xe để đi tới giờ học nhảy hoặc ghép giờ học nhảy với các giờ tập luyện khác tại câu lạc bộ. Câu lạc bộ bóng đá Valur cung cấp cho những người tới luyện tập một cơ sở vật chất đầy đủ với 4 sảnh thể thao, khu tập nâng tạ, cơ ngơi của câu lạc bộ và sân bóng, trong đó có một sân cỏ nhân tạo có hệ thống chiếu sáng. Valur đón chào tất cả đến với sân vận động của Vodafone tại Hlíðarenda với các môn bóng đá, bóng ném và bóng rổ. Hy vọng đạt được sự hợp tác tốt.

**Ragnhildur Skúladóttir, trưởng phòng trẻ em và thanh thiếu niên của Valur.**

### Thời gian biểu giờ luyện tập bóng ném

#### Nhóm nữ:

##### Thể thao bóng (2004-2006/mẫu giáo)

Các ngày thứ bảy Giờ 9:40-10:30                      sảnh số 1

##### Nhóm 8 (2002-2003/lớp 1 và 2)

##### Huấn luyện viên: Hrafnhildur Skúladóttir

Số điện thoại tay: 699-0902

Địa chỉ email [hrabbaosk@simnet.is](mailto:hrabbaosk@simnet.is)

Các ngày thứ hai Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 2

Các ngày thứ năm Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 1

##### Nhóm 7 (2000-2001/lớp 3 và 4)

##### Huấn luyện viên: Hrafnhildur Skúladóttir

Số điện thoại tay: 699-0902

Địa chỉ email [hrabbaosk@simnet.is](mailto:hrabbaosk@simnet.is)

Các ngày thứ hai Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 2

Các ngày thứ năm Giờ 15:50-16:40                      sảnh số 1

##### Nhóm 6 (1998-1999/lớp 5 và 6)

##### Huấn luyện viên: Atli Báruson và Brynjólfur Stefánsson      Số điện thoại tay: 8929430/847-1489

Địa chỉ email [atlimar91@hotmail.com](mailto:atlimar91@hotmail.com) , [binni00@hotmail.com](mailto:binni00@hotmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 15:50-16:40                      sảnh cũ

Các ngày thứ tư Giờ 15:50-16:40                      sảnh số 3

Các ngày thứ bảy Giờ 10:30-11:20                      sảnh cũ

##### Nhóm 5 (1996-1997/lớp 7 và 8)

##### Huấn luyện viên: Dórothea Guðjónsdóttir

Số điện thoại tay: 696-7681

Địa chỉ email [dorothe@msn.is](mailto:dorothe@msn.is)

Các ngày thứ hai Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 1

Các ngày thứ ba Giờ 18:20-19:35                      sảnh cũ

Các ngày thứ sáu Giờ 16:40-17:55                      sảnh cũ

Các ngày thứ bảy Giờ 11:20-13:00                      sảnh cũ

##### Nhóm 4 (1994-1995/lớp 9 và 10)

##### Huấn luyện viên: Sigfús Sigurðsson

Số điện thoại tay: 695-6232

Địa chỉ email [fusi69@hotmail.com](mailto:fusi69@hotmail.com)

Các ngày thứ ba Giờ 20:30-22:00                      sảnh số 1

Các ngày thứ tư Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 2

Các ngày thứ sáu Giờ 18:20-19:30                      sảnh cũ

Các ngày chủ nhật Giờ 15:00-16:40                      sảnh số 1

##### Nhóm 3 (1991-1993)

##### Huấn luyện viên: Jóhannes Lange

Số điện thoại tay: 897-8339

Địa chỉ email [joiflange@valur.is](mailto:joiflange@valur.is)

Các ngày thứ hai Giờ 19:10-20:25                      sảnh cũ

Các ngày thứ tư Giờ 20:30-22:00                      sảnh số 1 và 2

Các ngày thứ năm Giờ 20:30-22:00                      sảnh số 1 và 2

Các ngày thứ sáu Giờ 19:10-20:30                      sảnh cũ

Các ngày chủ nhật Giờ 15:00-16:40                      sảnh số 2

#### Nhóm nam:

##### Thể thao bóng (2004-2006/mẫu giáo)

Các ngày thứ bảy Giờ 9:40-10:30                      sảnh số 1

##### Nhóm 8 (2002-2003/lớp 1 và 2)

##### Huấn luyện viên: Ágústa Edda Björnsdóttir

Số điện thoại tay: 694-2440

Địa chỉ email [agusta.edda@hotmail.com](mailto:agusta.edda@hotmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 16:40-17:30                      sảnh cũ

Các ngày thứ năm Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 2

##### Nhóm 7 (2000-2001/lớp 3 và 4)

##### Huấn luyện viên: Ágústa Edda Björnsdóttir

Số điện thoại tay: 694-2440

Địa chỉ email [agusta.edda@hotmail.com](mailto:agusta.edda@hotmail.com)

Các ngày thứ ba Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 2

Các ngày thứ sáu Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 2 và 3

**Nhóm 6 (1998-1999/lớp 5 và 6)****Huấn luyện viên:** Arnar Hrafn Árnason

Số điện thoại tay: 659-2079

Địa chỉ email [arnarhrafn88@visir.is](mailto:arnarhrafn88@visir.is)

|                                  |                |
|----------------------------------|----------------|
| Các ngày thứ hai Giờ 15:30-16:40 | sảnh số 2      |
| Các ngày thứ tư Giờ 15:30-16:40  | sảnh số 1 và 2 |
| Các ngày thứ sáu Giờ 16:40-17:30 | sảnh số 1      |

**Nhóm 5 (1996-1997/lớp 7 và 8)****Huấn luyện viên:** Gunnar Ernir Birgisson

Số điện thoại tay: 849-8959

Địa chỉ email [gussibigg@gmail.com](mailto:gussibigg@gmail.com)

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| Các ngày thứ hai Giờ 17:30-19:10  | sảnh cũ   |
| Các ngày thứ tư Giờ 16.40-17:3    | sảnh số 3 |
| Các ngày thứ sáu Giờ 15:50-16:40  | sảnh cũ   |
| Các ngày chủ nhật Giờ 13:20-15:00 | sảnh số 1 |

**Nhóm 4 (1994-1995/lớp 9 và 10)****Huấn luyện viên:** Maksim Akbachev

Số điện thoại tay: 867-4629

Địa chỉ

email [maxi@btnet.is](mailto:maxi@btnet.is)

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| Các ngày thứ ba Giờ 20:30-22:00   | sảnh số 2 |
| Các ngày thứ tư Giờ 16:40-17:30   | sảnh số 1 |
| Các ngày thứ năm Giờ 19:00-20:00  | sảnh cũ   |
| Các ngày chủ nhật Giờ 13:20-15:00 | sảnh số 2 |

**Nhóm 2 và Nhóm 3 (1989-1993)****Huấn luyện viên:** Heimir Ríkharðsson

Số điện thoại tay: 843-1177

Địa chỉ email [heimir@lrh.is](mailto:heimir@lrh.is)

|                                   |                |
|-----------------------------------|----------------|
| Các ngày thứ ba Giờ 19:00-20:30   | sảnh số 1 và 2 |
| Các ngày thứ tư Giờ 17:30-18:45   | sảnh cũ        |
| Các ngày thứ sáu Giờ 19:10-20:30  | sảnh số 1 và 2 |
| Các ngày chủ nhật Giờ 13:00-14:40 | sảnh cũ        |

**Thời gian biểu giờ luyện tập bóng rổ****Nhóm nữ:****Thể thao bóng (2004-2006/mẫu giáo)**

|                                 |           |
|---------------------------------|-----------|
| Các ngày thứ bảy Giờ 9:40-10:30 | sảnh số 1 |
|---------------------------------|-----------|

**MB 6-7 tuổi (2002-2003/lớp 1 và 2)****Huấn luyện viên:** Lýður Vignisson

Số điện thoại tay: 694-4033

Địa chỉ email [lydur06@ru.is](mailto:lydur06@ru.is)

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| Các ngày thứ hai Giờ 15:50-16:40 | sảnh số 1 |
| Các ngày thứ tư Giờ 15:50-16:40  | sảnh cũ   |

**MB 8-11 tuổi (1998-2001/lớp 3 và 6)****Huấn luyện viên:** Guðrún Baldursdóttir

Số điện thoại tay: 867-4245

Địa chỉ email [gsb@hi.is](mailto:gsb@hi.is)

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| Các ngày thứ ba Giờ 15:50-16:40   | sảnh số 3 |
| Các ngày thứ tư Giờ 15:00-15:50   | sảnh số 3 |
| Các ngày thứ sáu Giờ 15:00-15:50  | sảnh số 1 |
| Các ngày chủ nhật Giờ 10:00-11:40 | sảnh số 3 |

**Nhóm nữ, nhóm 8 và 10 (13-16 tuổi)****Huấn luyện viên:** Sigurður Sigurðarson

Số điện thoại tay: 894-9495

Địa chỉ email [sixiq@simnet.is](mailto:sixiq@simnet.is)

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| Các ngày thứ hai Giờ 20:30-22:00  | sảnh số 3 |
| Các ngày thứ ba Giờ 19:35-20:50   | sảnh cũ   |
| Các ngày thứ tư Giờ 18:45-20:00   | sảnh cũ   |
| Các ngày thứ sáu Giờ 20:30-22:00  | sảnh số 2 |
| Các ngày chủ nhật Giờ 10:00-11:40 | sảnh số 3 |

**Nhóm nam:****Thể thao bóng (2004-2006/mẫu giáo)**

Các ngày thứ bảy Giờ 9:40-10:30                      sảnh số 1

**MB 6-7 tuổi (2002-2003/lớp 1 và 2)****Huấn luyện viên: Lýður Vignisson**

Số điện thoại tay: 694-4033

Địa chỉ email [lydur06@ru.is](mailto:lydur06@ru.is)

Các ngày thứ hai Giờ 15:50-16:40                      sảnh số 1

Các ngày thứ tư Giờ 15:50-16:40                      sảnh cũ

**MB 8-9 tuổi (2000-2001/lớp 3 và 4)****Huấn luyện viên: Björgvin Rúnar Valentínusarson**

Số điện thoại tay: 866-3043

Địa chỉ email [bjorgvinrunar@gmail.com](mailto:bjorgvinrunar@gmail.com)

Các ngày thứ ba Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 3

Các ngày thứ năm Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 3

Các ngày thứ sáu Giờ 15:00-15:50                      sảnh số 2

Các ngày chủ nhật Giờ 13:20-14:10                      sảnh số 3

**MB 10-11 tuổi (1998-1999/lớp 5 và 6)****Huấn luyện viên: Hörður H. Hreiðarsson**

Số điện thoại tay: 899-9615

Địa chỉ email [hnhnr15@gmail.com](mailto:hnhnr15@gmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 15:00-15:50                      sảnh số 1

Các ngày thứ tư Giờ 15:00-15:50                      sảnh số 3

Các ngày thứ sáu Giờ 15:00-15:50                      sảnh số 3

Các ngày chủ nhật 14:10-15:00                      sảnh số 3

**Nhóm 7 và nhóm 8 (1996-1997/lớp 7 và 8)****Huấn luyện viên: Ari Gunnarsson/Hörður H. Hreiðarsson**

Số điện thoại tay: 849-8959/899-9615

Địa chỉ email [ari@landvelar.is](mailto:ari@landvelar.is) , [hnhnr15@gmail.com](mailto:hnhnr15@gmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 15:50-16:40                      sảnh số 3

Các ngày thứ tư Giờ 16:40-17:30                      sảnh cũ

Các ngày thứ năm Giờ 20:00-20:50                      sảnh cũ

Laugardagar Giờ 12:10-13:00                      sảnh số 3

Các ngày chủ nhật Giờ 15:00-16:40                      sảnh số 3

**Nhóm 9 và nhóm 10 (1994-1995/lớp 9 và 10)****Huấn luyện viên: Lýður Vignisson**

Số điện thoại tay: 694-4033

Địa chỉ email [lydur06@ru.is](mailto:lydur06@ru.is)

Các ngày thứ hai Giờ 16:40-17:30                      sảnh số 3

Các ngày thứ tư Giờ 20:00-20:50                      sảnh cũ

Các ngày thứ năm Giờ 20:50-21:40                      sảnh cũ

Laugardagar Giờ 14:40-16:20                      sảnh cũ

**Nhóm 11 và nhóm nam (1991-1993)****Huấn luyện viên: Lýður Vignisson**

Số điện thoại tay: 694-4033

Địa chỉ email [lydur06@ru.is](mailto:lydur06@ru.is)

Các ngày thứ hai Giờ 20:25-21:40                      sảnh cũ

Các ngày thứ ba Giờ 20:50-21:40                      sảnh cũ

Các ngày thứ tư Giờ 20:50-21:40                      sảnh cũ

Các ngày thứ năm Giờ 20:30-22:00                      sảnh số 3

Các ngày thứ sáu Giờ 20:30-22:00                      sảnh số 3

Laugardagar Giờ 16:20-18:00                      sảnh cũ

**Nhóm thiếu niên****Huấn luyện viên: Lýður Vignisson**

Số điện thoại tay: 694-4033

Địa chỉ email [lydur06@ru.is](mailto:lydur06@ru.is)

Thông tin chi tiết xin liên lạc với huấn luyện viên

## Thời gian biểu giờ luyện tập bóng đá

### Nhóm nữ:

#### Thể thao bóng (2004-2006/mẫu giáo)

Các ngày thứ bảy Giờ 9:40-10:30 sảnh số 1

#### Nhóm 8 (2004-2005/mẫu giáo)

##### Huấn luyện viên: Rakel Lvàadóttir

Số điện thoại tay: 899-1191

Địa chỉ email

Các ngày thứ ba Giờ 16:40-17:30 sảnh số 1

Các ngày chủ nhật Giờ 10:50-11:40 sảnh cũ

#### Nhóm 7 (2002-2003/lớp 1 và 2)

##### Huấn luyện viên: Thelma Björk Einarsdóttir

Số điện thoại tay: 691-1861

Địa chỉ email [thebein@verslo.is](mailto:thebein@verslo.is)

Các ngày thứ ba Giờ 15:50-16:40 sảnh cũ

Các ngày thứ năm Giờ 15:50-16:40 sảnh cũ

Các ngày chủ nhật Giờ 10:00-10:50 sảnh cũ

#### Nhóm 6 (2000-2001/lớp 3 và 4)

##### Huấn luyện viên: kristín Ýr Bjarnadóttir

Số điện thoại tay: 848-0992

Địa chỉ email [kristinyr21@gmail.com](mailto:kristinyr21@gmail.com)

Các ngày thứ tư Giờ 16:00-17:00 sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ sáu Giờ 15:50-16:40 sảnh số 3

Các ngày chủ nhật Giờ 15:00-16:40 sảnh cũ

#### Nhóm 5 (1998-1999/lớp 5 và 6)

##### Huấn luyện viên: Margrét Magnúsdóttir

Số điện thoại tay: 847-7474

Địa chỉ email [margretmagnusdottir@visir.is](mailto:margretmagnusdottir@visir.is)

Các ngày thứ hai 15:30-16:30 sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ năm Giờ 15:30-16:30 sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ sáu Giờ 15:30-16:30 sân cỏ nhân tạo

#### Nhóm 4 (1996-1997/lớp 7 và 8)

Các huấn luyện viên: Sigríður Þorlákssdóttir Số điện thoại tay: 772-5557

Địa chỉ email

[siggabaxter1@hotmail.com](mailto:siggabaxter1@hotmail.com)

Margrét Magnúsdóttir Số điện thoại tay: 847-7474 Địa chỉ email [margretmagnusdottir@visir.is](mailto:margretmagnusdottir@visir.is)

Các ngày thứ ba Giờ 16:00-17:30

Các ngày thứ năm Giờ 16:30-18:00

Các ngày thứ sáu Giờ 16:30-18:00

#### Nhóm 3 (1994-1995/lớp 9 và 10)

##### Huấn luyện viên: Soffía Ámundadóttir

Số điện thoại tay: 698-9033

Địa chỉ email [soa13@hi.is](mailto:soa13@hi.is)

Các ngày thứ tư Giờ 16:30-17:30 sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ sáu Giờ 16:30-17:30 sân cỏ nhân tạo

Các ngày chủ nhật Giờ 12:30-13:20 sảnh cũ

### Nhóm nam:

#### Thể thao bóng (2004-2006/mẫu giáo)

Các ngày thứ bảy Giờ 9:40-10:30 sảnh số 1

#### Nhóm 8 (2004-2005/mẫu giáo)

##### Huấn luyện viên: Rakel Lvàadóttir

Số điện thoại tay: 899-1191

Các ngày thứ ba Giờ 16:40-17:30 sảnh số 1

Các ngày chủ nhật Giờ 11:40-12:30 sảnh cũ

#### Nhóm 7 (2002-2003/lớp 1 và 2)

##### Huấn luyện viên: Igor Bjarni Kostic

Số điện thoại tay: 847-1431

Địa chỉ email [da\\_nucchah@hotmail.com](mailto:da_nucchah@hotmail.com)

Các ngày thứ ba Giờ 15:50-16:40 sảnh cũ

Các ngày thứ năm Giờ 15:50-16:40 sảnh cũ

Các ngày chủ nhật Giờ 10:00-11:40 sảnh cũ

**Nhóm 6 (2000-2001/lớp 3 và 4)****Các huấn luyện viên: Agnar Kristinsson**

Số điện thoại tay: 893-7796

Địa chỉ email [agnarkristins@simnet.is](mailto:agnarkristins@simnet.is)**Hallur K. Ásgeirsson**

Số điện thoại tay: 848-8842

Địa chỉ email

[halli-trubator@hotmail.com](mailto:halli-trubator@hotmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 16:00-17:00

sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ sáu Giờ 15:50-16:40

sảnh số 3

Các ngày chủ nhật Giờ 13:20-15:00

sảnh cũ

**Nhóm 5 (1998-1999/lớp 5 và 6)****Huấn luyện viên: Agnar Kristinsson**

Số điện thoại tay: 893-7796

Địa chỉ email [agnarkristins@simnet.is](mailto:agnarkristins@simnet.is)**Hallur K. Ásgeirsson**

Số điện thoại tay: 848-8842

Địa

chỉ email [halli-trubator@hotmail.com](mailto:halli-trubator@hotmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 17:00-18:00

sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ năm Giờ 16:00-17:00

sân cỏ nhân tạo

Các ngày chủ nhật Giờ 11:40-13:20

sảnh số 2

**Nhóm 4 (1996-1997/lớp 7 và 8)****Huấn luyện viên: Igor Bjarni Kostic**

Số điện thoại tay: 847-1431

Địa chỉ email [da\\_nucchah@hotmail.com](mailto:da_nucchah@hotmail.com)

Các ngày thứ hai Giờ 16:30-17:30

sân cỏ nhân tạo

Các ngày thứ ba Giờ 16:40-17:30

sảnh cũ

Các ngày thứ sáu Giờ 15:30-17:00

sân cỏ nhân tạo

**Nhóm 3 (1994-1995/lớp 9 và 10)****Huấn luyện viên:**

Số điện thoại tay:

Địa chỉ email

Xem chi tiết tại [valur.is](http://valur.is)

| Nam       | Môn thể thao  | Giờ tập          |                |                |                |                | Huấn luyện viên                        | Điện thoại           | Nhóm     | Học phí cho mùa thu |
|-----------|---------------|------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--|----------------------|----------|---------------------|
| 2004-2006 | Thể thao bóng | thứ bảy 9:40     |                |                |                |                |  |                      |          | 6.000               |
| 2004-2005 | Bóng đá       | thứ ba 16:40     | chủ nhật 11:40 |                |                |                | Rakel Logadóttir                       | 899-1191             | 8        | 7.300               |
| 2002-2003 | Bóng ném      | thứ hai 16:40    | thứ năm 16:40  |                |                |                | Ágústa Edda Björnsdóttir               | 694-2440             | 8        | 8.600               |
|           | Bóng đá       | thứ ba 15:50     | thứ năm 15:50  | chủ nhật 10:00 |                |                | Igor Bjarni Kostic                     | 691-1861             | 7        | 10.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 15:50    | thứ tư 15:50   |                |                |                | Lýður Vignisson                        | 694-4033             | MB 6-7   | 8.600               |
| 2000-2001 | Bóng ném      | thứ ba 16:40     | thứ sáu 16:40  |                |                |                | Ágústa Edda Björnsdóttir               | 694-2440             | 7        | 8.600               |
|           | Bóng đá       | thứ hai 16:00    | thứ sáu 15:50  | chủ nhật 15:00 |                |                | Agnar Kristinsson Hallur K. Ásgeirsson | 893-7796<br>848-8842 | 6        | 10.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ ba 16:40     | thứ năm 16:40  | thứ sáu 15:00  | chủ nhật 13:20 |                | Björgvin Valentínusars.                | 866-3043             | MB 8-9   | 12.900              |
| 1998-1999 | Bóng ném      | thứ hai 15:30    | thứ tư 15:30   | thứ sáu 16:40  |                |                | Arnar Hrafn Árnason                    | 659-2079             | 6        | 12.900              |
|           | Bóng đá       | thứ hai 17:00    | thứ năm 16:00  | chủ nhật 11:40 |                |                | Agnar Kristinsson Hallur K. Ásgeirsson | 893-7796<br>848-8842 | 5        | 13.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 15:00    | thứ tư 15:00   | thứ sáu 15:00  | chủ nhật 14:10 |                | Hörður H. Hreiðarsson                  | 899-9615             | MB 10-11 | 12.900              |
| 1996-1997 | Bóng ném      | thứ hai 17:30    | thứ tư 16:40   | thứ sáu 15:50  | chủ nhật 13:20 |                | Gunnar Ernir Birgisson                 | 849-8959             | 5        | 16.600              |
|           | Bóng đá       | thứ hai 16:30    | thứ ba 16:40   | thứ sáu 15:30  |                |                | Igor Bjarni Kostic                     | 691-1861             | 4        | 13.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 15:50    | thứ tư 16:40   | thứ năm 20:00  | thứ bảy 12:10  | chủ nhật 15:00 | Ari Gunnarsson Hörður H. Hreiðarsson   | 849-8959<br>899-9615 | 7-8      | 19.800              |
| 1994-1995 | Bóng ném      | thứ ba 20:30     | thứ tư 16:40   | thứ năm 19:00  | chủ nhật 13:20 |                | Maxsim Akbachev                        | 867-4629             | 4        | 16.600              |
|           | Bóng đá       | nánar á valur.is |                |                |                |                |  |                      | 3        | 13.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 16:40    | thứ tư 20:00   | thứ năm 20:50  | thứ bảy 14:40  |                | Lýður Vignisson                        | 694-4033             | 9-10     | 19.800              |

| Nữ        | Môn thể thao  | Giờ tập       |                |                |                |                | Huấn luyện viên                              | Điện thoại           | Nhóm     | Học phí cho mùa thu |
|-----------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--|----------------------|----------|---------------------|
| 2004-2006 | Thể thao bóng | thứ bảy 9:40  |                |                |                |                |  |                      |          | 6.000               |
| 2004-2005 | Bóng đá       | thứ ba 16:40  | chủ nhật 10:50 |                |                |                | Rakel Logadóttir                             | 899-1191             | 8        | 7.300               |
| 2002-2003 | Bóng ném      | thứ hai 16:40 | thứ năm 16:40  |                |                |                | Hrafnhildur Skúladóttir                      | 699-0902             | 8        | 8.600               |
|           | Bóng đá       | thứ ba 15:50  | thứ năm 15:50  | chủ nhật 10:00 |                |                | Thelma B. Einarsdóttir                       | 691-1861             | 7        | 10.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 15:50 | thứ tư 15:50   |                |                |                | Lýður Vignisson                              | 694-4033             | MB 6-7   | 8.600               |
| 2000-2001 | Bóng ném      | thứ hai 16:40 | thứ năm 15:50  |                |                |                | Hrafnhildur Skúladóttir                      | 699-0902             | 7        | 8.600               |
|           | Bóng đá       | thứ tư 16:00  | thứ sáu 15:50  | chủ nhật 15:00 |                |                | Kristín Ýr Bjarnadóttir                      | 848-0992             | 6        | 10.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ ba 15:50  | thứ tư 15:00   | thứ sáu 15:00  | chủ nhật 10:00 |                | Guðrún Baldursdóttir                         | 867-4245             | MB 8-9   | 12.900              |
| 1998-1999 | Bóng ném      | thứ hai 15:50 | thứ tư 15:50   | thứ bảy 10:30  |                |                | Atli Báruson Brynjólfur Stefánsson           | 892-9430<br>847-1489 | 6        | 12.900              |
|           | Bóng đá       | thứ hai 15:30 | Thứ năm 15:30  | thứ sáu 15:30  |                |                | Margrét Magnúsdóttir                         | 847-7474             | 5        | 13.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ ba 15:50  | thứ tư 15:00   | thứ sáu 15:00  | chủ nhật 10:00 |                | Guðrún Baldursdóttir                         | 867-4245             | MB 10-11 | 12.900              |
| 1996-1997 | Bóng ném      | thứ hai 16:40 | thứ ba 18:20   | thứ sáu 16:40  | thứ bảy 11:20  |                | Dórothea Guðjónsdóttir                       | 696-7681             | 5        | 16.600              |
|           | Bóng đá       | Thứ ba 16:00  | Thứ năm 16:30  | Thứ sáu 16:30  |                |                | Sigríður Þorlákssdóttir Margrét Magnúsdóttir | 772-5557<br>847-7474 | 4        | 13.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 20:30 | thứ ba 19:35   | thứ tư 18:46   | thứ sáu 20:30  | chủ nhật 10:00 | Sigurður Sigurðarson                         | 894-9495             | 7-8      | 19.800              |
| 1994-1995 | Bóng ném      | thứ ba 20:30  | thứ tư 16:40   | thứ sáu 18:20  | chủ nhật 15:00 |                | Sigfús Sigurðsson                            | 695-6232             | 4        | 16.600              |
|           | Bóng đá       | thứ tư 16:30  | thứ sáu 16:30  | chủ nhật 12:30 |                |                | Soffía Ámundadóttir                          | 698-9033             | 3        | 13.900              |
|           | Bóng rổ       | thứ hai 20:30 | thứ ba 19:35   | thứ tư 18:46   | thứ sáu 20:30  | chủ nhật 10:00 | Sigurður Sigurðarson                         | 894-9495             | 9-10     | 19.800              |