



Vika 3			Dagsetning: 15.06.09-18.06.09						
Kl.	Mánudagur	Starfsm.	Staðsetning	Miðvikudagur	Starfsm.	Staðsetning	Fimmtudagur	Starfsm.	Staðsetning
11:00-12:00	Matreiðsla	GO/BL	Oddshús				Matarinnkaup	GO/BL	Krónan
12:00-13:00	Matartími/Slökun			Matartími/Slökun					
13:00-14:00	Svengdarvitund	HRE	Oddshús	17.jún			Jafnvægi í daglegu lífi	GO	Samkomusal
14:00-15:00	Tækjasalur	GB	Tækjasalur				Tækjasalur	GB	
15:00-16:00	Lífsstílsbreytingar	GO/BL	Samkomusal				Maturinn	GJB	Oddshús
16:00-17:00	Sundlaug		Sundlaug						
Vika 4			Dagsetning: 22.06.09-25.06.09						
Kl.	Mánudagur	Starfsm.	Staðsetning	Miðvikudagur	Starfsm.	Staðsetning	Fimmtudagur	Starfsm.	Staðsetning
11:00-12:00	Matreiðsla	GO/BL	Oddshús	Þjálfun eftir útskrit	GB	Oddshús	Matarinnkaup	GO/BL	Krónan
12:00-13:00	Matartími/Slökun			Matartími			Matartími/Slökun		
13:00-14:00	Jafnvægi í daglegu lífi	GO	Samkomusal	Aðgerðir	LG	Oddshús	Jafnvægi í daglegu lífi	GO	Samkomusal
14:00-15:00	Tækjasalur	GB	Tækjasalur	Ganga	HK/GB		Ganga	HK/GB	Úti
15:00-16:00	Sjálfstyrking	OBG	Oddshús	Polhringur	HK	Íþróttasalur	Sjálfstyrking	OBG	Oddshús
16:00-17:00	Sundlaug			Mataræði	GJB	Helgafell			
				Aðstandendafræðsla	BL/OBG/GJ	Mosfell			
Vika 5			Dagsetning: 29.06.09-02.07.09						
Kl.	Mánudagur	Starfsm.	Staðsetning	Þriðjudagur	Starfsm.	Staðsetning	Miðvikudagur	Starfsm.	Staðsetning
12:00-13:00	Matartími			Matartími			Matartími		
13:00-14:00	Fitumæling/göngupróf	GB /HK	Íþróttasal	Jafnvægi í daglegu lífi	GO	Samkomusal	Jafnvægi í daglegu lífi	GO	Samkomusa
14:00-15:00	Fitumæling/göngupróf	GB /HK	Íþróttasal	Tækjasalur	GB/HK		Ganga		Úti
15:00-16:00	Félagslegir þættir	HS	Oddshús	Sundlaug	Teymi		Útskriftarfundur	Teymi	Oddshús
16:00-17:00	Sundlaug			Meðferð offitu	LG	Helgafell			



