

Það er mæting á námskeiðið klukkan 9:00 í íþróttasal Smárans. Þar finna börnin sína leiðbeinendur en hvert og eitt námskeið er merkt á ákveðnum stað í íþróttasalnum sem krakkarnir mæta á alla vikuna. Mikilvægt er að foreldrar/forráðamenn finni leiðbeinanda hvers námskeið og láti vita að barnið er mætt á námskeiðið, leiðbeinendur mæta 5 mínútum áður en námskeiðið byrjar. Að gefnu tilefni er ekki leyfilegt að mæta hálf tíma fyrir námskeiðið og skilja barnið sitt eftir í Smáranum, ef það er þörf á því að mæta snemma með barnið er hægt að skrá það í gæslu frá 8:00-9:00 en gæslan er í veitingasal Smárans á 2.hæð og skráning fer fram í gegnum Nóra.

Mikilvægt er að sækja barnið á réttum tíma en börnin eru sótt í íþróttasal Fagralunds. Ef barnið ykkar mætir ekki einhvern daginn megið þið endilega senda póst á sumarnamskeid@breidablik.is og láta vita af því.

**ATH bannað er að koma með hnetur í nesti** þar sem iðkendur á námskeiðunum gætu verið með bráðaofnæmi fyrir hnetum.

Foreldrum/forráðamönnum barna með sérþarfir býðst að sækja um stuðning fyrir börn sín á almenn sumarnámskeið og hvetjum við foreldra til að nýta sér það. Hér er linkur sem hægt er að sækja um stuðning: <https://sumar.kopavogur.is/hrafninn-trod/serst-sumarst/>

Hér er dagskráin fyrir sumarið

## **Körfuknattleiksnámskeið Breiðabliks 9:00-12:00 Smárinn**

Dagskrá fyrir viku 24, 26, 30 og 32

<b><u>Tími</u></b>	<b><u>Mán.</u></b>	<b><u>Þri.</u></b>	<b><u>Mið.</u></b>	<b><u>Fim.</u></b>	<b><u>Fös.</u></b>
9:00-9:30	Skipta í hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun
9:30-10:30	Kíló-karfa	Æft sendingar	Stöðvaþjálfun	Alls konar leikir	Æft skottækni
10:30-10:45	Nesti				
10:45-11:45	Spil	Sprengjuleikurinn	Spil	3á3 mót	Spil
11:45-12:00	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja	Stinger

Dagskrá fyrir viku 25, 27, 31 og 33

<u>Tími</u>	<u>Mán.</u>	<u>Þri.</u>	<u>Mið.</u>	<u>Fim.</u>	<u>Fös.</u>
9:00-9:30	Skipta í hópa og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun	Finna sinn hóp og upphitun
9:30-10:30	Stórfiskaleikur	Stöðvafjálfun	Æft sendingar	Æft skottækni	Boðhlaup
10:30-10:45	Nesti				
10:45-11:45	Spil	2á2 mót	Spil	Spil	Þrautabraut
11:45-12:00	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja	Skotleikir/teygja

Breiðablik áskilur sér rétt til að breyta dagskránni (t.d. vegna veðurs eða mætingu á námskeiðið). Börnin eru beðin um að koma í íþróttafötum og helst í íþróttaskóm og klædd eftir veðri ef ákveðið verður að fara út!

Gott er að vera með aukaföt í töskunni ef eitthvað kemur upp á. Námskeiðið einkennist af mikilli hreyfingu svo þægilegir skór eru mjög mikilvægir (íþróttaskór bestir). Einnig eru börnin beðin um að koma með létt nesti. Við biðjum foreldra að vera stundvísir þegar komið er með börnin og þegar þau eru sótt. Að gefnu tilefni viljum við taka fram að við reynum að hjálpa til við að passa upp á eigur barnanna en getum ekki tekið ábyrgð á þeim.

Ef einhverjar spurningar vakna er hægt að hafa samband við Sóllilju í gegnum tölvupóst: [sumarnamskeid@breidablik.is](mailto:sumarnamskeid@breidablik.is) eða í síma 4418912.