

# SUMARNÁMSKEIÐ Í ÞORLÁKSHÖFN 2019

Upplýsingar um sumarnámskeiðin má finna á heimasíðu sveitarfélagsins [www.olfus.is](http://www.olfus.is)

## KÖRFUKNATTEIKSNÁMSKEIÐ

**Námskeiðshaldari:** Körfuknattleiksdeild Pórs.

**Aldur:** stelpur og strákar 9 - 11 ára.

Áhersla á körfuboltaþrautir, tækni og leiki.

**Tímabil:** 11. til 14. ágúst kl. 11:00

**Verð:** 2.500 kr.

**Þjálfari:** Þorsteinn Már og aðstoðarmenn

**Skráning og upplýsingar:** Þorsteinn Már s. 659 2048, [thorsteinn93@gmail.com](mailto:thorsteinn93@gmail.com) eða á facebook

## KÖRFUKNATTEIKSÆFINGAR

**Námskeiðshaldari:** Körfuknattleiksdeild Pórs.

**Aldur:** Stelpur og strákar 12 ára og eldri.

Áhersla á boltatækni, skot, snerpu og styrktaræfingar.

**Tímabil:** 11. júní til 18. júlí - 4x í viku, mánud. til fimmtud.

**Verð:** 12.500 kr.

**Þjálfari:** Þorsteinn Már og aðstoðarmenn

**Skráning og upplýsingar:** Þorsteinn Már s. 659 2048, [thorsteinn93@gmail.com](mailto:thorsteinn93@gmail.com) eða á facebook

## FRJÁLSÍPRÓTTAÐEILD PÓRS

**Námskeiðshaldari:** Frjálsípróttadeild Pórs.

**Tímabil:** Sumartímabil hefst þriðjudaginn 4. júní og lýkur í lok ágúst.

ATH! Heimilt er að prófa fyrstu vikuna án þess að borga. Allar æfingar fara fram á frjálsípróttavellinum í Þorlákshöfn.

**Aldur og æfingartímar:** Mánud. Þriðjud. Fimmtud.

**6-10 ára (f. 2009-2013)** 15:00-16:00 15:00-16:00

**11 ára og eldri (>2008)** 16:00-18:00 16:00-18:00 16:00-18:00

**Verð:** Yngri hópur 8.000 kr. og eldri 12.000 kr. (fyrir allt sumarið)

**Þjálfari:** Marta Marija Bozovic, sími: 895 0921.

Aðstoð með yngri Auður Magnea Sigurðardóttir.

**Skráning** í NORA greiðsluferlinum - kemur inn í byrjun júní

## KNATTSPYRNA - Sumartímar hefjast 3. júní.

**Námskeiðshaldari:** Knattspyrnufélagið Ægir.

**Tímabil:** Júní, júlí og ágúst.

**8. flokkur** (2013-2014). Miðvikudagar kl. 15:30-16:20.

Boðið er upp á að iðkendur séu sóttir í leikskólann og fylgt á æfingar. Þjálfari: Torfi Hjörvar Björnsson.

**7. flokkur** (2011-2012). Mánud. til fimmtudaga kl. 11:00-12:00

(knattspyrnuskolinn í júní og júlí).

Þjálfarar: Sveinbjörn Jón Ásgrímsson

og Torfi Hjörvar Björnsson.

**6. flokkur** (2009-2010). Mánud. til fimmtudaga kl. 11:00 -12:00.

(knattspyrnuskolinn í júní og júlí).

Þjálfarar: Sveinbjörn Jón Ásgrímsson

og Torfi Hjörvar Björnsson.

**5. flokkur** (2007-2008). Mánud. til fimmtudaga kl. 17:00 -18:00

Þjálfarar: Sveinbjörn Jón Ásgrímsson

og Lárus Arnar Guðmundsson.

**4. flokkur** (2005-2006). Mánud. til fimmtudaga kl. 17:00-18:00

Þjálfarar: Sveinbjörn Jón Ásgrímsson

og Lárus Arnar Guðmundsson

**3. flokkur** (2002 - 2003). Mánud. til fimmtudaga kl. 17:00

Þjálfarar: Lárus Arnar og Sveinbjörn.

Aðstoðarmenn í 8., 7. og 6. fl. eru iðkendur úr 4. fl.

Sumarfrí er frá 12. júlí fram yfir verslunarmannahelgina hjá 8., 7., 6. og 5. fl.

**Verð:** Upplýsingar á heimasíðu Ægis, [www.aegirfc.is](http://www.aegirfc.is).

## YFIRLIT YFIR FÓTBOLTAMÓT SUMARSINS

**4. fl. strákar og stelpur** - REY CUP 24.-28. júlí

**5. fl. strákar** - N1 mótið á Akureyri 3. til 6. júlí.

**5. fl. stelpur** - Síamótið í Kópavogi 11. til 14. júlí.

**6. fl. strákar(eldra ár)** - Orkumótið í Vestm.eyjum 26.-29. júní.

**6 fl. stelpur** - Lindexmótið á Selfossi 6. júní

og Síamótið í Kópavogi 11.-14. júlí.

**7. fl. strákar** - Norðurlámsmótið á Akranesi 21.-23. júní

og Weetos mótið í Mosfellsbæ 31. ágúst.

Að öðru leyti taka krakkarnir þátt í Íslandsmóti KSÍ

hjá 4. og 5. flokki og polla- og hnátumóti KSÍ í 6. fl.

## NÁMSKEIÐ Í ÚTVARPSPÁTTAGERÐ

**Aldur:** 14-99 ára (1920-2005)

**Tímasetning:** 11. - 13., 18., 25. júní kl. 19-22 / 6. ágúst kl. 16:00.

**Staðsetning:** GP

**Fjöldi þátttakenda:** max 20

**Námskeiðsgjald:** 15.000 kr.

**Leiðbeinandi:** Margrét Blöndal, fjölmiðlakona

**Skráning fer fram:** [sumarnamskeid2019@gmail.com](mailto:sumarnamskeid2019@gmail.com)

**Lýsing:** Námskeiðið er ætlað fólki á aldrinum 14 - 99 ára og sérhæfð tæknikunnátta er ekki skilyrði fyrir þáttöku. Farið verður yfir ýmis atriði sem tengjast viðtalstækni, dagskrágerð og raddbeitingu og endað á lokaverkefni sem verður hluti af dagskrá útvarps Hafnardaga.

## FIMLEIKANÁMSKEIÐ

**Námskeiðshaldari:** Fimleikadeild Pórs

Námskeiðin eru opin fyrir alla og er ekki nauðsynlegt að hafa verið í fimleikum áður. Farið verður í grunnæfingar fimleika, styrktar- og líðleikaæfingar og grunnæfingar í dansi, ásamt því að fara í leiki og brjóta upp æfingarnar með ýmsu móti.

**Aldur:** Börn fædd 2012 og upp úr (börn fædd árið 2013 sem hætt eru í leikskólanum eru líka velkomin).

**Tímabil:** 14. til 21. júní frá kl. 9:30 - 11:00 og 24. júní til 5. júlí frá kl. 9:30 - 11:00 mánudaga til fimmtudaga í Íþróttamiðstöðinni.

**Verð:** 5.000 kr. fyrir hvort námskeið fyrir sig

**Yfirumsjón:** Arna Björg Auðunsdóttir

**Skráning og upplýsingar:** [thoryfirthjalfari@gmail.com](mailto:thoryfirthjalfari@gmail.com)

Skráning til 7. júní.

## KNATTSPYRNUSKÓLI ÆGIS

**Námskeiðshaldari:** Knattspyrnufélagið Ægir.

**Tímabil:** Frá 3. júní - 12. júlí. Eftir það er sumarfrí fram yfir verslunarmannahelgi.

**Aldur:** Allir krakkar í 6. og 7. flokki (2007 - 2010).

**Æfingartími:** Mánudaga til fimmtudaga frá 11:00 - 12:00.

**Afingarsvæði:** Grasvellir við nýja hverfið.

**Þjálfarar:** Sveinbjörn Jón Ásgrímsson, Torfi Hjörvar Björnsson og Lárus Arnar Guðmundsson. Þeim til aðstoðar verða eldri iðkendur.

Afingar 6. og 7. flokks falla inn í fótboltaskólann.

Auk venjulegra fótboltaæfinga verður ýmislegt skemmtilegt brallað, t.d. önnur fótboltaíð í nágrenninu heimsótt, sundlaugarpartý o.fl.

Þá má gera ráð fyrir heimsóknum óvæntra gesta.

## TEIKNIMYNDASÖGUNÁMSKEIÐ

**Aldur:** 10-16 ára (2003-2009)

**Tímasetning:** 10.-13. júní og 18.-21. júní kl. 13:00-15:00

**Staðsetning:** GP

**Fjöldi þátttakenda:** 12

**Námskeiðsgjald:** 8.000 kr.

**Kennari:** Ágúst Freyr Kristinsson

**Skráning fer fram:** [sumarnamskeid2019@gmail.com](mailto:sumarnamskeid2019@gmail.com)

**Lýsing:** Á námskeiðinu munu þátttakendur læra undirstöðuatriði til að skapa sína eigin söguhetju og umhverfi hennar með því að nýta sér teikningu og tölvutækni. Nemendur ráða ferðinni varðandi víðfangsefnið og geta söguhetjurnar verið allt frá hvolpi í ofurhetju, hér kemur skapandi hugsun til með að ráða ferðinni. Afkrstur námskeiðsins verður til sýnis á Hafnardögum

## SMÍÐAVÖLLURINN

**Tímabil:** Hefst 1. júlí og er í tvær vikur.

Smíðað er frá 13:00 - 15:00 mánudaga til fimmtudaga.

Að venju er ekkert gjald og allir velkomin.

Það þarf bara að mæta með hamar og góða skapið.

**Umsjón:** Kristín Dís Guðlaugsdóttir og Elfar Bragason,

auk aðstoðarmanna úr vinnuskólanum.

**Mæting** er við leiksvæði grunnskólans.

## LEIKJANÁMSKEIÐ ÆGIS

**Námskeiðshaldari:** Knattspyrnufélagið Ægir.

**Tímabil:** Námskeiðið hefst 11. júní og er í 2-3 vikur.

**Aldur:** Allir krakkar fæddir 2007 - 2012.

**Æfingartímar:** Vika 1: Þriðjudagur 11. júní til föstudagur 14. júní.

Vika 2: Þriðjudagur 18. júní til föstudagur 21. júní.

Vika 3 (valfrjál): Mánudagur 24. júní til fimmtudagur 27. júní.

Tímar eru alla dagana frá kl. 13:00 - 15:00.

Mæting er við Íþróttamiðstöðina.

Margt skemmtilegt verður brallað að venju s.s. fjóruférd, sundlaugarpartí, ýmsar íþróttgreinar prófaðar og margt fleira. Rennibrautarpartý og pulsar á lokadeginum (bara fyrir þau sem eru 3 vikur).

Námskeiðið er í tvær vikur (til 21. júní) en síðan verður hægt að bæta þriðju vikunni við (til 27. júní).

**Verð:** 5.000 kr. fyrir tvær vikur en 7.500 kr. fyrir þrjár.

**Umsjónarmaður:** Kristín Dís Guðlaugsdóttir og Elfar Bragason, auk aðstoðarmanna úr vinnuskólanum.

**Skráning:** í Íþróttamiðstöðinni (480 3890) eða á FB síðu Ægis.

## GOLFNÁMSKEIÐ

**Námskeiðshaldari:** Golfklúbbur Þorlákshafnar.

Golfklúbbur Þorlákshafnar mun standa fyrir golfæfingum fyrir börn og unglinga í sumar. Ingvar Jónsson PGA golfkennari mun sjá um þjálfun og hefjast æfingar mánudaginn 27. maí. Þjálfað verður í tveimur hópum 1. - 5. bekkur og 6. - 10. bekkur

**Tímabil:** 27 maí til 4. júlí.

**Æfingartímar:**

Dags. Yngri Eldri

27. maí - Mánudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

30. maí - Fimmtudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

6. júní - Fimmtudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

10. júní - Mánudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

12. júní - Miðvikudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

18. júní - Þriðjudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

20. júní - Fimmtudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

24. júní - Mánudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

27. júní - Fimmtudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

1. júlí - Mánudagur 16:00 - 17:00 17:00 - 18:00

4. júlí - Fimmtudagur 16:00 - 19:00 16:00 - 19:00

**Verð:** 3.500 kr.

**Skráning og upplýsingar:** Ingvar Jóns, [ingvarjo24@gmail.com](mailto:ingvarjo24@gmail.com)

## SJÓBRETTANÁMSKEIÐ

**Aldur:** 15 - 99 ára (1920-2004)

**Dagsetning:** 10.-12. júní kl. 17:00-20:00

**Staðsetning:** Eimshúsið og fjaran

**Fjöldi þátttakenda:** 10 í hóp, hóparnir geta verið fleiri

**Námskeiðsgjald:** 15.000 kr. bretti og hlífðarfatnaður innifalinn í verði

**Kennari:** Guðmundur Vigfússon, eigandi Jadarports.

**Skráning fer fram:** [sumarnamskeid2019@gmail.com](mailto:sumarnamskeid2019@gmail.com)

**Lýsing:** Kennt verður á brimbretti eftir aðstæðum

og farið yfir grunnatriði brimbrettaiðkunar.

Einnig verður kennt á „Stand up paddle board“.

## Sumarnámskeið Hugarfrelsis

**Aldur:** 7-9 ára 1.-5. júlí kl. 9:30-12:30 og 10-12 ára kl. 13:00-16:00

**Staðsetning:** Grunnskólinn í Þorlákshöfn

**Verð:** 19.900 kr.

**Kennari:** Helga Helgadóttir.

**Skráning:** á [www.hugarfrelsi.is](http://www.hugarfrelsi.is)

**Lýsing:** Skemmtilegt námskeið þar sem lögd er áhersla á leik og gleði svo barnið geti blómstrað sem einstaklingur.

Börnin læra ýmsar aðferðir til að koma auga á styrkleika sína, styrkja sjálfsmyndina, læra á hugann sinn, efla vináttuna og jákvæða hugsun. Farið er í jógaleiki og æfingar sem styrkja jafnvægi, einbeitingu, samvinnu og samhæfingu í lok hvers dags er slökun og lesin hugleiðslusaga

## TÓNLISTARNÁMSKEIÐ

**Aldur:** 14-18 ára (2001-2005)

**Tímasetning:** 24. -28. júní kl. 17:00-19:00

**Staðsetning:** í GP

**Fjöldi þátttakenda:** max 10

**Námskeiðsgjald:** 8.900 kr.

**Kennari:** Júlí Heiðar Halldórsson

**Skráning fer fram:** [sumarnamskeid2019@gmail.com](mailto:sumarnamskeid2019@gmail.com)

**Lýsing:** Skoðuð verður leiðin frá hugmynd að fullkláruðu lagi og kennt á einföld upptökuforrit. Hver nemandi býr til eitt lag á námskeiðinu.

## HJÓLABRETTA & HLAUPAHJÓLA NÁMSKEIÐ

**Aldur:** 6 -16 ára (2003-2013)

**Dagsetning:** 10. - 13. júní og 18. - 21. júní kl. 10:00-12:00

**Staðsetning:** Útisvæði GP

**Fjöldi þátttakenda:** 15

**Námskeiðsgjald:** 8.000 kr.

**Kennari:** Ágúst Freyr Kristinsson & Andri Ólafsson

**Skráning fer fram:** [sumarnamskeid2019@gmail.com](mailto:sumarnamskeid2019@gmail.com)

**Lýsing:** Á námskeiðinu munu þátttakendur hittast á Brettasvæðinu og læra undirstöðu atriðin fyrir hjólabretta iðkun, hentar vel fyrir byrjendur og styttra komna en allir eru velkomin. Ef það næst ekki að fylla námskeiðið af hjólabretta iðkendum þá eru hlaupahjóra/línuskauta krakkar meira en velkomin. Það þarf að koma með eigin búnað á námskeiðið

## VEGGJALIST

**Aldur:** Þeir sem eru að ljúka 8. bekk og upp úr!

Hvetjum harðfullorðna að taka þátt. (1920-2005)

**Dagsetningar:** 30. og 31. júlí kl.: 19:00-22:00

6. og 7. ágúst kl.: 19:00-22:00 og 8. ágúst kl.: 18:00-21:00

**Staðsetning:** í GP og úti

**Fjöldi þátttakenda:** 5-10

**Námskeiðsgjald:** 15.000 kr.

**Kennari:** Ágústa Ragnarsdóttir

**Skráning fer fram:** [sumarnamskeid2019@gmail.com](mailto:sumarnamskeid2019@gmail.com)

**Lýsing:** Farið í hugmynda- og skissuvinnu, rúðustækkanir og að endingu malar hver þátttakandi sitt verk á sameiginlega úti vegg allra þátttakenda og úr verður stórt listaverk sem verður tilbúið á Hafnardögum og mun vonandi skreyta Þorlákshöfn næstu árin.

## LEIKLISTARNÁMSKEIÐ

**Aldur:** 9 - 11 ára (2008-2010) og 12-14 ára (2005-2007)

**Tímasetning:** 1.-5. júlí. Yngri kl. 9:00 -12:00 og eldri 13:00-16:00

**Staðsetning:** í GP