



Rangárfingur eystra

SUMARDAGSKRÁ í Rangárfingi eystra 2023



velliðan fyrir alla



Mán. og mið.

Kl. 06:10

Morgunleikfimi – hreyfing fyrir alla
Umsjón Anna Rún Einarsdóttir.



Hófst 28. maí

8 skipti

Sundnámskeið leikskólabarna
Umsjón Anna Rún og Óli Elí.



Hefst 5. júní

4 vikur

Leikjanámskeið Dímonar
fyrir 1. – 4. bekk
Umsjón Ólafur Örn.

Sumarnámskeið í Féló
(5. - 7. bekkur)

Alla virka daga milli kl. 10:00- 14:00.
Hefst 5. júní. Umsjón Laufey Hanna Tómasdóttir.



Fótbolti

Fjölbreyttar fótboltaæfingar fyrir börn á öllum aldri. Umsjón Þjálfarar KFR.

Frjálsar íþróttir

1.- 4. bekkur á mánudögum kl. 16:00-17:00 til 19. júní.
5. bekkur og eldri kl. 18:30 júní og júlí.



Tónlistarsumarbúðir
fyrir stelpur 9-12 ára

Heimalandi 26. - 29. júní. Skráning valborgolafs@gmail.com.



Ringó

Ólafur Elí sér um hið geysivinsæla Ringó í sumar. Æfingar verða sem fyrr föstudögum og kannski oftár.

Skátar

Von er á skátahóp sem kemur í kringum 17. júní. Þegar þeir koma verða útileikir ofl. fyrir börn og unglinga

Rafíþróttadeild

Boðið verður upp á námskeið í rafíþróttum í sumar. Fylgist með á heimasíðu Dímon og Sportabler.

Blak

Útiblakvöllur væntanlegur í sumar.

Körfubolti

Stefnt er að því að hafa körfuboltaþúðir í ágúst.



Hjólbraut í Tumastaðaskógi

Upplagt að nota hjólbrautina í Tumastaðaskógi.



3.-7. júlí

Söngur og leiklist

Söng og leiklistarnámskeið á Hvolsvelli 3. - 7. júlí. Upplýsingar á Facebook undir Leik og sprell.

Sundleikfimi og sundæfingar

Sundæfingar verða í pásu en hví ekki að mæta sjálf/ur í sund og gera æfingarnar?



Reiðskóli Martinu

Fyrir börn sem eiga ekki hest. Upplýsingar gefur Martina í síma 789 7510. Skráning í gegnum Sportabler.



Golfklúbburinn

GHR verður með golfnámskeið í sumar. Nánari upplýsingar á heimasíðu ghr.is.

Opið hús í íþróttasal

Íþróttasalurinn verður opin fyrir almenning um kvöld og helgar þegar engar æfingar eru í honum.



22. júní

Jónsmessufjör í sundlauginni

Lífandi tónlist og opið til kl. 01:00, eftir miðnætti.

RIFT fjölbreytt dagskrá



Stórkostleg alþjóðleg hjólakeppni 22. júlí þar sem hjólað er í fjöllum Rangárfingur eystra. Yfir 1000 keppendur og mikið húllumhæ.



Folfbrautin við íþróttahúsið

Hægt er að fá bæði diska og skorkort í íþróttamiðstöðinni á Hvolsvelli.



Heilsuhringur

4,2 km hringur í kringum Hvolsvöll með 15 fjölbreyttum æfingastöðvum á leiðinni.



Hefst 1. júní

12 skipti

Sundnámskeið eldri borgara

Mánudagar og fimmtudagar kl. 08:30 í sundlauginni á Hvolsvelli. Umsjón Drífa Nikulásdóttir.

Hlaupa- og gönguhópur Rangárfingur eystra

Miðvikudaga kl. 16:15, hittist við íþróttahúsið. Nánari upplýsingar á Facebook-síðu hópsins.

Ferðafélag Rangæinga



Dagskrá á heimasíðu ferðafélagsins www.ffrang.is



Skotfélagið Skyttur

Boðið verður upp á námskeið bæði í laser- og haglabyssu í sumar. Nánari upplýsingar á Sportabler og heimasíðu.

Aparóla

Sett verður upp aparóla og þá er bara að renna sér af stað.

Gönguleiðir

Tilvalið er að ganga á Hvalsfjall, Stóra Dímon, Þríhringur eða einhver önnur fjöll í sveitarfélaginu. Farið bara varlega og njótið.