

Starfsemin í Gjábakka haustið 2021

| TÍMI | Mánudagur | Þriðjudagur | Miðvikudagur | Fimmtudagur | Föstudagur |
|----------------------|--|--|---|--|---|
| 08.30 til 11.30 ” | Opin handavinnustofa | Opin handavinnustofa og verkstæði. | Opin handavinnustofa og verkstæði. | Opin handavinnustofa og verkstæði | Opin handavinnustofa |
| Frá kl. 9.00 | Bocciaæfing 9 - 10.30 <i>Hreyfisalur - Gjáb.lið.</i> | Heilsu-qigong 9 – 10.15 <i>Hreyfi- og aðalsalur,</i> <i>Sigurður Þorsteinsson</i> | | Heilsu- Qigong 9 -10.15 <i>Hreyfi- og aðalsalur,</i> <i>Sigurður Þorsteinsson</i> | Bocciaæfing 9 –11.15 <i>Hreyfisalur. Gjáb.lið.</i> |
| Frá kl. 10.00 | Postulínskálun 9 –11.30 <i>Verkstæði, Ransý</i> | | Boccia opinn tími 10 -11.15 <i>Hreyfisalur – Svana Svanþórs</i> | JÓGA kl. 10.50 -12.05 <i>Hreyfisalur - Birgir.</i> | Postulínskálun 9 –11.30 <i>Verkstæði, Ransý</i> |
| 11.30 – 12.30 | <i>Hádegismatur</i> | <i>Hádegismatur</i> | <i>Hádegismatur</i> | <i>Hádegismatur</i> | <i>Hádegismatur</i> |
| Frá kl. 12.00 | | | Postulínskálun 12 – 14.30 | | |
| Frá kl. 13.00 | Opin handavinnustofa og verkstæði 13 - 16 | | Félagsvist , annan hvern <i>Miðvikudag (frá 6/10)</i> <i>á móti:</i> | Bókband – verkst + handav. <i>Stefán</i> | Tréskurður-verkst. <i>Gylfi</i> |
| Frá kl. 14.00 | Canasta kl. 13.15 –15.00 <i>Aðalsal.</i> | Skapandi skrif, annan hvern, (frá 6/10) kl. 14-15 <i>verkstæði</i> | Bingó (frá 13/10) <i>Aðalsal</i> | | Sögur og fræði 14 – 15 <i>Sigurjón – handav.stofa</i> |
| Kl. 14.30 - 16.00 | <i>Kaffimeðlæti</i> | <i>Kaffimeðlæti</i> | <i>Kaffimeðlæti</i> | <i>Kaffimeðlæti</i> | <i>Kaffimeðlæti til 15.30</i> |
| Frá kl. 16.00 | <i>Kl. 16.30 til 18.30 Kóræfing,</i> <i>Söngvinir</i> | <i>Kl. 16 til 18 Námskeið -</i> <i>Nafnlausí Leikhópurinn</i> | <i>Kl. 16 til 18 Námskeið -</i> <i>Nafnlausí Leikhópurinn</i> | <i>kl. 16 til 18 Vatnslitamálarar</i> <i>Kl. 19 til 22 Bridgefélag</i> <i>Kópavogs</i> | <i>Kl. 20 til 22</i> Félagsvist á vegum FEBK |

15. sept. = Haustkynning á starfseminni í Gjábakka, kl. 14.

2. okt. (Laugard) = Opið hús á vegum FEBB

5. okt. Fræðsla kl. 14

28. Október kl. 14.00 = Haustfagnaður í Gjábakka - Örn Árnason leikari sér um fjörið, kaffihlaðborð, kr. 1500.

27. Nóvember (Laugardagur) kl. 13 til 17 = Laufabrauðsdagurinn!

9. Desember Kl. 12.00 = Hádegis - Jólahlaðborð