



Tórshavnar Kvøld- Ungdóms- og Listaskúli

Frúutrøð 1 · Postboks 353 · FO-100 Tórshavn · Tlf. 302472
Fax 302471 · kvoldskulin@torshavn.fo · www.kvoldskulin.fo

SKUNDA TÆR

- enn eru nøkur pláss eftir til ávísar lærugreinir komandi skúlaár

Yvirlitið yvir tær lærugreinir, ið ikki enn eru fult teknaðar, sært tú við at trýsta á gula fýrkantin í høgru síðu á heimasíðu skúlans www.kvoldskulin.fo.

Vit lata tilmeldingarsíðuna upp aftur fríggjadagin 16. september kl. 9.00.

Tilmeldingin endar mánadagin 19. september 2011 á midnátt.

Tey, sum ikki hava møguleika ella síggja seg før fyri at nýta teldutilmeldingarskipanina, kunnu fáa hjálp við at koma inn á skrivstovuna í J.H.Schrøtersgøtu 1.

Tórshavnar Kvøld- Ungdóms- og Listaskúli

M&M - music & movies
www.mumo.dk

6 ÁR

Leygardagin 17. september ímillum 10.00 og 15.00

-20% uppá brúktar fløgur

-15% uppá brúktar DVD filmar

Føðingardagstilboð



149,-



Vágsbotnur 14 · Tórshavn · Tlf. 32 09 11

Frælsur ítróttur

Bragdið, felag fyri frælsan ítrótt í Tórshavn, bjóðar nýggjum limum at melda seg til okkara venjingar.

Sum nakað nýtt bjóða vit dygdargóða innanduravenjing ein dag um vikuna fyri børn, ung og vaksin. Teknisk uttanduravenjing er á Tórsbreyt og langteinavenjing er á gøtum og vegum runt um í Havnini. Óroyndir rennarar fáa sjálvandi vegleiðing um hvussu farast skal fram.

Venjingin hjá Bragdinum byrjar mikudagin 21. september.

Limagjald fyri einstaklingar (børn ella vaksin) er **kr. 350** fyri eitt ár.

Limagjald fyri familju við børnum undir 15 ár er **kr. 800** fyri eitt ár.

Nýggir limir kunnu melda seg í ÍSF-húsinum mánadagin 19. september kl. 17:00 - 18:00. Nýggir limir kunnu eisini møta upp til venjing og melda til tá.

Skrá veturin 2011-2012	Mánadag	Mikudag			Hósdag	Fríggjadag		Leygardag	Sunnudag
Nær?	16.30-18.15	17.30-18.30	18.30-19.30	17.00-18.30	17.00-18.00	16.00-17.00	16.00-17.30	08.30-09.30	09.00-10.30
Hvar?	Á Tórsbreyt	Skúlin við Løgmannabreyt	Skúlin við Løgmannabreyt	Runt um í Havnini - Møtast á Tórsbreyt	Runt um í Havnini - Møtast á Tórsbreyt	Á Tórsbreyt	Á Tórsbreyt	Runt um í Havnini - Møtast á Tórsbreyt	Runt um í Havnini - Møtast á Tórsbreyt
Hvør?	Roynd børn, ung og vaksin	Børn um 5-9 árs aldur	Roynd børn, ung og vaksin	Menn	Kvinnur	Børn um 5-9 árs aldur	Roynd børn, ung og vaksin	Kvinnur	Menn
Hvat?	Almenn venjing og servenjing innan sprint, lop, kast, mið- og langteinar	Innadura venjing: Renning, sirkulvenjingar, spøl og almenn venjing innan frælsan ítrótt	Innadura venjing: Renning, sirkulvenjingar, spøl og almenn venjing innan frælsan ítrótt	Rennivenjing fyri royndar og óroyndar menn. Langir túrur 5-15 km og intervallir	Renning, renniteknikkur og styrki fyri royndar og óroyndar kvinnur	Renning, sirkulvenjingar, spøl og almenn venjing innan frælsan ítrótt	Almenn venjing og servenjing innan sprint, lop, kast, mið- og langteinar	Rennivenjing fyri royndar og óroyndar kvinnur	Rennivenjing fyri royndar og óroyndar menn. Langir túrur 5-15 km
Venjarar	Jógvan K. Glerfoss Debes H. Christiansen	Jógvan K. Glerfoss	Jógvan K. Glerfoss Debes H. Christiansen	Absalon Hansen Herluf Jakobsen	Ann Thomsen	Jógvan K. Glerfoss	Debes H. Christiansen Jógvan K. Glerfoss	Sunniva Bjarnastein	Absalon Hansen Herluf Jakobsen
Hjálparar	Símun Joensen	Søren Antoft	Símun Joensen	Símun Joensen	Sunniva Bjarnastein	Søren Antoft	Símun Joensen	Ann Thomsen	Símun Joensen