

| ágú.17 |    |                | sep.17 |    |                  | okt.17 |    |                   | nóv.17 |    |                 | des.17 |     |           | jan.18 |     |              | feb.18           |     |                  |  |
|--------|----|----------------|--------|----|------------------|--------|----|-------------------|--------|----|-----------------|--------|-----|-----------|--------|-----|--------------|------------------|-----|------------------|--|
| Þri    | 1  |                | Fös    | 1  | SH æfing á fullu | Sun    | 1  |                   | Mið    | 1  |                 | Fös    | 1   | NMU       | Mán    | 1   |              | Fim              | 1   |                  |  |
| Mið    | 2  |                | Lau    | 2  |                  | Mán    | 2  |                   | Fim    | 2  |                 | Lau    | 2   | NMU       | Þri    | 2   |              | Fös              | 2   |                  |  |
| Fim    | 3  |                | Sun    | 3  |                  | Þri    | 3  |                   | Fös    | 3  |                 | Sun    | 3   | NMU       | Mið    | 3   |              | Lau              | 3   | ÍRB-mót 12 ára + |  |
| Fös    | 4  |                | Mán    | 4  |                  | Mið    | 4  |                   | Lau    | 4  | ÍRB-mít 12 ára+ | Mán    | 4   |           | Fim    | 4   |              | Sun              | 4   |                  |  |
| Lau    | 5  |                | Þri    | 5  |                  | Fim    | 5  |                   | Sun    | 5  | ÍRB-mít 12 ára+ | Þri    | 5   |           | Fös    | 5   |              | Mán              | 5   |                  |  |
| Sun    | 6  |                | Mið    | 6  |                  | Fös    | 6  |                   | Mán    | 6  |                 | Mið    | 6   |           | Lau    | 6   |              | Þri              | 6   |                  |  |
| Mán    | 7  |                | Fim    | 7  |                  | Lau    | 7  | Sundmót Ægir      | Þri    | 7  |                 | Fim    | 7   |           | Sun    | 7   |              | Mið              | 7   |                  |  |
| Þri    | 8  |                | Fös    | 8  |                  | Sun    | 8  | Sundmót Ægir      | Mið    | 8  |                 | Fös    | 8   |           | Mán    | 8   |              | Fim              | 8   |                  |  |
| Mið    | 9  |                | Lau    | 9  | SSÍ formannaf.   | Mán    | 9  |                   | Fim    | 9  |                 | Lau    | 9   | Jólamót 2 | Þri    | 9   |              | Fös              | 9   | Sundmót KR       |  |
| Fim    | 10 |                | Sun    | 10 |                  | Þri    | 10 |                   | Fös    | 10 |                 | Sun    | 10  |           | Mið    | 10  |              | Lau              | 10  | Sundmót KR       |  |
| Fös    | 11 |                | Mán    | 11 |                  | Mið    | 11 |                   | Lau    | 11 |                 | Mán    | 11  |           | Fim    | 11  |              | Sun              | 11  | Sundmót KR       |  |
| Lau    | 12 |                | Þri    | 12 |                  | Fim    | 12 |                   | Sun    | 12 |                 | Þri    | 12  |           | Fös    | 12  |              | Mán              | 12  |                  |  |
| Sun    | 13 |                | Mið    | 13 |                  | Fös    | 13 |                   | Mán    | 13 |                 | Mið    | 13  | EM25      | Lau    | 13  |              | Þri              | 13  |                  |  |
| Mán    | 14 | SH æfing hefst | Fim    | 14 |                  | Lau    | 14 | Sundpróf 1 - 25m  | Þri    | 14 |                 | Fim    | 14  | EM25      | Sun    | 14  |              | Mið              | 14  |                  |  |
| Þri    | 15 |                | Fös    | 15 |                  | Sun    | 15 | Fjarðarmót - 25m  | Mið    | 15 |                 | Fös    | 15  | EM25      | Mán    | 15  |              | Fim              | 15  |                  |  |
| Mið    | 16 |                | Lau    | 16 |                  | Mán    | 16 |                   | Fim    | 16 |                 | Lau    | 16  | EM25      | Þri    | 16  |              | Fös              | 16  |                  |  |
| Fim    | 17 |                | Sun    | 17 | Sprengimót Óðins | Þri    | 17 |                   | Fös    | 17 | ÍM25 -25m       | Sun    | 17  | EM25      | Mið    | 17  |              | Lau              | 17  |                  |  |
| Fös    | 18 |                | Mán    | 18 |                  | Mið    | 18 |                   | Lau    | 18 | ÍM25 -25m       | Mán    | 18  |           | Fim    | 18  |              | Sun              | 18  |                  |  |
| Lau    | 19 |                | Þri    | 19 |                  | Fim    | 19 |                   | Sun    | 19 | ÍM25 -25m       | Þri    | 19  |           | Fös    | 19  |              | Mán              | 19  |                  |  |
| Sun    | 20 |                | Mið    | 20 |                  | Fös    | 20 |                   | Mán    | 20 |                 | Mið    | 20  |           | Lau    | 20  |              | Þri              | 20  |                  |  |
| Mán    | 21 |                | Fim    | 21 | Tékkland         | Lau    | 21 |                   | Þri    | 21 |                 | Fim    | 21  | útskrift  | Sun    | 21  |              | Mið              | 21  |                  |  |
| Þri    | 22 |                | Fös    | 22 | Tékkland         | Sun    | 22 |                   | Mið    | 22 |                 | Fös    | 22  |           | Mán    | 22  |              | Fim              | 22  |                  |  |
| Mið    | 23 |                | Lau    | 23 | Tékk Ármannsm    | Mán    | 23 |                   | Fim    | 23 |                 | Lau    | 23  |           | Þri    | 23  |              | Fös              | 23  |                  |  |
| Fim    | 24 |                | Sun    | 24 | Tékk Ármannsm    | Þri    | 24 |                   | Fös    | 24 | NM fatl 50m     | Sun    | 24  |           | Mið    | 24  |              | Lau              | 24  |                  |  |
| Fös    | 25 |                | Mán    | 25 | Tékkland         | Mið    | 25 |                   | Lau    | 25 | NM fatl 50m     | Fjöl   | Mán | 25        |        | Fim | 25           |                  | Sun | 25               |  |
| Lau    | 26 |                | Þri    | 26 |                  | Fim    | 26 |                   | Sun    | 26 | NM fatl 50m     | Fjöl   | Þri | 26        |        | Fös | 26           | Ægir Intern.     | Mán | 26               |  |
| Sun    | 27 |                | Mið    | 27 |                  | Fös    | 27 |                   | Mán    | 27 |                 | Mið    | 27  |           | Lau    | 27  | Ægir Intern. | Þri              | 27  |                  |  |
| Mán    | 28 |                | Fim    | 28 |                  | Lau    | 28 | SH Extramót - 25m | Þri    | 28 |                 | Fim    | 28  |           | Sun    | 28  | Ægir Intern. | Mið              | 28  |                  |  |
| Þri    | 29 |                | Fös    | 29 | Bikarkeppni      | Sun    | 29 | SH Extramót - 25m | Mið    | 29 |                 | Fös    | 29  |           | Mán    | 29  |              | frí grunnskóla   |     |                  |  |
| Mið    | 30 |                | Lau    | 30 | Bikarkeppni      | Mán    | 30 |                   | Fim    | 30 | NMU             | Lau    | 30  |           | Þri    | 30  |              | frí í Flensborg  |     |                  |  |
| Fim    | 31 |                |        |    |                  | Þri    | 31 |                   |        |    |                 | Sun    | 31  |           | Mið    | 31  |              | próf í Flensborg |     |                  |  |

| mar.18 |    |                  | apr.18 |    |                   | maí.18 |    |                     | jún.18 |    |                   | júl.18 |    |              | ágú.18 |    |            | sep.18 |    |  |
|--------|----|------------------|--------|----|-------------------|--------|----|---------------------|--------|----|-------------------|--------|----|--------------|--------|----|------------|--------|----|--|
| Fim    | 1  |                  | Sun    | 1  |                   | Þri    | 1  |                     | Fös    | 1  | Sundmót ÍA        | Sun    | 1  | EMU Helsinki | Mið    | 1  |            | Lau    | 1  |  |
| Fös    | 2  |                  | Mán    | 2  |                   | Mið    | 2  |                     | Lau    | 2  | Sundmót ÍA        | Mán    | 2  |              | Fim    | 2  |            | Sun    | 2  |  |
| Lau    | 3  | Sundmót Fjölnis  | Þri    | 3  |                   | Fim    | 3  |                     | Sun    | 3  | Sundmót ÍA        | Þri    | 3  |              | Fös    | 3  | EM Glasgow | Mán    | 3  |  |
| Sun    | 4  | Sundmót Fjölnis  | Mið    | 4  |                   | Fös    | 4  | IMOC                | Mán    | 4  |                   | Mið    | 4  |              | Lau    | 4  | EM Glasgow | Þri    | 4  |  |
| Mán    | 5  |                  | Fim    | 5  |                   | Lau    | 5  | IMOC                | Þri    | 5  |                   | Fim    | 5  |              | Sun    | 5  | EM Glasgow | Mið    | 5  |  |
| Þri    | 6  |                  | Fös    | 6  |                   | Sun    | 6  |                     | Mið    | 6  |                   | Fös    | 6  |              | Mán    | 6  | EM Glasgow | Fim    | 6  |  |
| Mið    | 7  |                  | Lau    | 7  | SH Ásvallamót     | Mán    | 7  |                     | Fim    | 7  |                   | Lau    | 7  | NÆM          | Þri    | 7  | EM Glasgow | Fös    | 7  |  |
| Fim    | 8  |                  | Sun    | 8  | SH Ásvallamót 50m | Þri    | 8  |                     | Fös    | 8  |                   | Sun    | 8  | NÆM          | Mið    | 8  | EM Glasgow | Lau    | 8  |  |
| Fös    | 9  |                  | Mán    | 9  |                   | Mið    | 9  |                     | Lau    | 9  | MN Canet          | Mán    | 9  |              | Fim    | 9  | EM Glasgow | Sun    | 9  |  |
| Lau    | 10 |                  | Þri    | 10 |                   | Fim    | 10 |                     | Sun    | 10 | MN Canet          | Þri    | 10 |              | Fös    | 10 |            | Mán    | 10 |  |
| Sun    | 11 |                  | Mið    | 11 |                   | Fös    | 11 |                     | Mán    | 11 |                   | Mið    | 11 |              | Lau    | 11 |            | Þri    | 11 |  |
| Mán    | 12 |                  | Fim    | 12 |                   | Lau    | 12 | Sundpróf 4 - 25m    | Þri    | 12 |                   | Fim    | 12 |              | Sun    | 12 |            | Mið    | 12 |  |
| Þri    | 13 |                  | Fös    | 13 |                   | Sun    | 13 | ÍRB-mót             | Mið    | 13 | MN Barcelone      | Fös    | 13 |              | Mán    | 13 |            | Fim    | 13 |  |
| Mið    | 14 |                  | Lau    | 14 |                   | Mán    | 14 |                     | Fim    | 14 | MN Barcelone      | Lau    | 14 |              | Þri    | 14 |            | Fös    | 14 |  |
| Fim    | 15 |                  | Sun    | 15 |                   | Þri    | 15 |                     | Fös    | 15 |                   | Sun    | 15 |              | Mið    | 15 |            | Lau    | 15 |  |
| Fös    | 16 |                  | Mán    | 16 |                   | Mið    | 16 |                     | Lau    | 16 | Víkingarmót - 25m | Mán    | 16 |              | Fim    | 16 |            | Sun    | 16 |  |
| Lau    | 17 | Sundpróf 3 - 25m | Þri    | 17 |                   | Fim    | 17 |                     | Sun    | 17 | MN Monaco         | Þri    | 17 |              | Fös    | 17 |            | Mán    | 17 |  |
| Sun    | 18 |                  | Mið    | 18 |                   | Fös    | 18 |                     | Mán    | 18 |                   | Mið    | 18 | ÍM Sjósund   | Lau    | 18 |            | Þri    | 18 |  |
| Mán    | 19 |                  | Fim    | 19 |                   | Lau    | 19 |                     | Þri    | 19 |                   | Fim    | 19 |              | Sun    | 19 |            | Mið    | 19 |  |
| Þri    | 20 |                  | Fös    | 20 | ÍM50              | Sun    | 20 |                     | Mið    | 20 |                   | Fös    | 20 |              | Mán    | 20 |            | Fim    | 20 |  |
| Mið    | 21 |                  | Lau    | 21 | ÍM50              | Mán    | 21 |                     | Fim    | 21 |                   | Lau    | 21 |              | Þri    | 21 |            | Fös    | 21 |  |
| Fim    | 22 |                  | Sun    | 22 | ÍM50              | Þri    | 22 |                     | Fös    | 22 | AMÍ               | Sun    | 22 |              | Mið    | 22 |            | Lau    | 22 |  |
| Fös    | 23 |                  | Mán    | 23 |                   | Mið    | 23 |                     | Lau    | 23 | AMÍ               | Mán    | 23 |              | Fim    | 23 |            | Sun    | 23 |  |
| Lau    | 24 |                  | Þri    | 24 |                   | Fim    | 24 |                     | Sun    | 24 | AMÍ               | Þri    | 24 |              | Fös    | 24 |            | Mán    | 24 |  |
| Sun    | 25 |                  | Mið    | 25 |                   | Fös    | 25 |                     | Mán    | 25 |                   | Mið    | 25 |              | Lau    | 25 |            | Þri    | 25 |  |
| Mán    | 26 |                  | Fim    | 26 |                   | Lau    | 26 |                     | Þri    | 26 |                   | Fim    | 26 |              | Sun    | 26 |            | Mið    | 26 |  |
| Þri    | 27 |                  | Fös    | 27 | ÍM 3+5km          | Sun    | 27 | 3SH sprett 50m laug | Mið    | 27 | EMU Helsinki      | Fös    | 27 |              | Mán    | 27 |            | Fim    | 27 |  |
| Mið    | 28 |                  | Lau    | 28 | Sundmót Ármanns   | Mán    | 28 |                     | Fim    | 28 | EMU Helsinki      | Lau    | 28 |              | Þri    | 28 |            | Fös    | 28 |  |
| Fim    | 29 |                  | Sun    | 29 | Sundmót Ármanns   | Þri    | 29 |                     | Fös    | 29 | EMU Helsinki      | Sun    | 29 |              | Mið    | 29 |            | Lau    | 29 |  |
| Fös    | 30 |                  | Mán    | 30 |                   | Mið    | 30 |                     | Lau    | 30 | EMU Helsinki      | Mán    | 30 |              | Fim    | 30 |            | Sun    | 30 |  |
| Lau    | 31 |                  |        |    |                   | Fim    | 31 |                     |        |    |                   | Þri    | 31 |              | Fös    | 31 |            |        |    |  |