



Ert þú næsti verðlaunahafi Íslands á Ólympíuleikum?

Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands og Ólympíufjölskylda ÍSÍ halda upp á Alþjóðlega Ólympíudaginn 23. júní. Þennan dag árið 1894 var Alþjóðaólympíunefndin stofnuð. Þetta er því sérstakur dagur í sögu íþróttar og er markmiðið að bjóða fólki að koma saman, hreyfa sig, læra nýjar íþróttgreinar og kynna ólympískum hugsjónum og gildum. Ólympíudagurinn er ætlaður öllum, óháð íþróttalegri getu.

Allir sem taka þátt í deginum fá viðurkenningu frá Alþjóðaólympíunefndinni.

DAGSKRÁ



Egilshöll 13:00 - 15:00

UMF Fjölirnir bíður upp á íþróttastöðvar í Egilshöllinni. Stöðvarnar eru byggðar upp sem þrautir úr flestum íþróttum félagsins og verður hægt að spreyta sig í hinum ýmsu íþróttum. Ólympíufarar verða á staðnum veitar verða viðurkenningar fyrir þátttöku



Laugaból – íþróttasvæði Ármanns 13:00 - 15:00

Fimleikadeild Ármanns býður alla velkomna í kynningu.



Breiðholt

ÍR býður opnar æfingar fyrir alla í frjálsíþróttum og knattspyrnu daganna 21. – 25. júní.

Laugardalur 20:00 - 22:00

Komið og hitið upp fyrir Miðnæturhlaupið með því að prófa eitthvað nýtt!

Við íþróttasvæði Ármann / Þróttar - Laugarból

- Kynning á hafnarbolta í boði Hafna- og mjúkboltafélags Reykjavíkur.
- Hjólaskíðakennsla í boði Skíðagöngufélagsins Ullar.



Skyldingamiðstöðin undir stúkunni á Laugardalsvelli

Komdu og kannaðu hvernig er að skyldingast með alvöru sverði. Landsliðsfólk tekur á móti og sýnir réttu tökin.

Sundlaugin í Laugardal – Innilaugin

Sýningarleikur í sundknattleik hefst um 21:00 og á eftir gefst almenningi tækifæri á að prófa.



Miðnæturhlaup Powerade hefst kl: 22:00 stundvíslega

Þetta frábæra hlaup hentar fólki á öllum aldri, bæði byrjendum og lengra komnum og hægt er að velja um þrjár vegalengdir. **Skráning á staðnum frá kl: 16:00** og á **www.marathon.is**

- 3 km skemmtiskokk án tímatöku kostar – 1.000 kr.
- 5 km skemmtiskokk með tímatöku kostar – 1.500 kr.
- 10 km skemmtiskokk með tímatöku kostar – 1.500 kr.

Allir sem taka þátt í hlaupinu fá frítt í sund að hlaupi loknu.

Frekari upplýsingar um daginn er hægt að finna á www.isi.is