



Skylmingafélag
Reykjavíkur

Byrjendanámskeið fyrir unglinga og fullorðna



Beginner Fencing Classes for youth and adults



Glæsilegur árangur hjá karlalandsliðinu – 11 sæti á EM
Emil Ísleifur Sumarliðason, Andri Nikolaysson Mateev og Gunnar Egill Ágústsson

HAUST 2025



FYRIRMYNDARFÉLAG ÍSÍ



---)---- Byrjendanámskeið fyrir unglinga og fullorðna ----(---



Ólympískar skylmingar eru íþrótt þar sem keppandinn heldur til leiks með ákveðna leikaðferð í huga en þarf svo sífellt að endurskipuleggja leik sinn með tilliti til viðbragða andstæðingsins og leikstíls hans. Skylmingamaður þarf að hafa góða stjórn á líkamanum, gott jafnvægi og mikla samhfingingu. Einnig þarf hann að geta hugsað hratt undir miklu álagi. Skylmingar munu styrkja þig líkamlega jafnt sem andlega. Þær veita snerpu sem og jafnvægi sem aldrei fyrr.

Æfingarnar eru haldnar í nýrri og glæsilegri aðstöðu Skylmingafélags Reykjavíkur í Baldurshaga, í Laugardal. [Skylmingamiðstöðin \(Baldurshagi\)](#) er undir

aðalstúkunni við Laugardalsvöllinn og inngangurinn er í norðurenda hennar.

---)----- **VIÐ SKORUM Á ÞIG að taka upp hanskann og setja upp grímuna** -----

Byrjendur / Framhald 14+

Haustönnin er frá 8. september og fram til 22. desember og kostar 42.000 kr. (æfingagjald: 40.000 kr. + félagsgjald : 2.000 kr.)

Hægt er að fá lánaðan allan búnað frá Skylmingafélaginu til að byrja með.

Systkinaafsláttur (hjónaafsláttur) er kr. 2.000,- á mann. Félagsgjald fer til kaupa á skylmingaútbúnaði, sérstaklega fyrir unga skylmingamenn og standa straum af kostnaði við mót.

[Skylmingafélag Reykjavíkur er aðili að Frístundakorti Reykjavíkurborgar.](#)

Þeir sem hafa áhuga á að taka þátt í námskeiðinu, vinsamlega sendið svar með nafni og kennitölu á: skylmingafelag@gmail.com

Mánudagur og miðvikudagur:

18:00 – 19:30 Byrjendur / Framhald 14+

Einkatímar / Tækniþjálfun (val)

Skráning iðkenda og greiðsla æfingagjalda fer nú fram í gegnum [Sportabler](#).

Smellið á <https://www.sportabler.com/shop/frirkv/sfr> til að fara á greiðslusíðu SFR.

Með því að færa æfingagjöldin yfir einföldum við starfið með því að hafa allt á sama stað, gjöld, skráningar og upplýsingamiðlun.





---)---- Beginner Fencing Classes for youth and adults ----(---



The fencing beginner classes is a great way to get active and be involved in a cool sport. Students will learn about fencing, receive lessons, and participate in footwork drills. Students will learn the basic skills necessary for fencing and will build their skill level as the class progresses. The class stresses the importance of footwork in fencing and students will learn to combine footwork with blade skills. Most importantly, this class is an opportunity to have fun, make friends, and discover a very cool new sport.

When: Monday and Wednesday 18:00 – 19:30

Cost: From September 8th until December 22nd

Course Fee 42.000 kr.

* Sibling/Family discount is 2.000 kr. when you pay for two or more person.

Venue: Fencing Sabre Center in Laugardal (National Football Stadium), Reykjavik

[LOCATION](#)

Our Fencing scheme is a fun and extremely safe way to introduce the exciting Olympic sport of fencing youth and adults.

If you would like to attend the course, please send the following information to

skylmingafelag@gmail.com:

Youth: Name, ID number and address

Parent: Name, address, and mobile number

Registration & Payments

<https://www.sportabler.com/shop/frirkv/sfr>

---)---- Why Fencing -----



Fencing is suitable for anyone of any age and fitness level. Whether you want to fence for fitness and fun, or reach competition standard, you will soon be addicted to this exciting and dynamic sport which is often referred to as physical chess.

Fencing is a creative sport enabling free development of the personality. It offers no ready recipes. It only provides the notes, while the athlete himself has to compose music.

