



KNATTSPYRNUFÉLAGIÐ
FRAM

SAFAMÝRI 26 - 108 REYKJAVÍK
SÍMI 533 5600 - FRAM@FRAM.IS



1x2 Getraunir
Íþróttahús FRAM
Alla laugardaga í vetur
Kl. 10:00-12:00



WWW.GETRAUNIR.IS

Forsíða | Félagið | Fótbolti | Handbolti | Skíðadeild | Taekwondo | Alm.Íþr.Deild | Íþróttastyrkur FRAM | Tryggingamál iðkenda

Forsíða / Handbolti / Meistaraflokkur kvenna / Leikmenn

Leikmenn



5. Katrín Ósk
Magnúsdóttir



2. Sara Sif Helgadóttir



16. Heiðrún Dís
Magnúsdóttir



3. Þórey Rósa
Stefánsdóttir



7. Ragnheiður Ósk
Ingvarsdóttir



9. Ragnheiður
Júlíusdóttir



10. Karen Knútsdóttir



11. Svala Júlía
Gunnarsdóttir



13. Erna Guðlaug
Gunnarsdóttir



15. Harpa María
Friðgeirsdóttir



17. Unnur Ómarsdóttir



50. Perla Ruth
Albertsdóttir



19. Elva Þóra
Arnardóttir



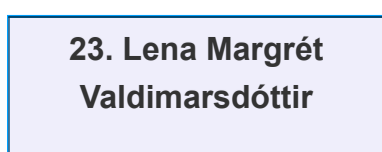
20. Hildur Þorgeirsdóttir



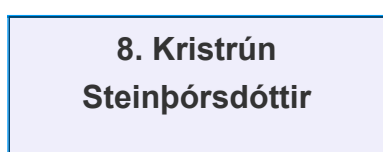
21. Steinunn
Björnsdóttir



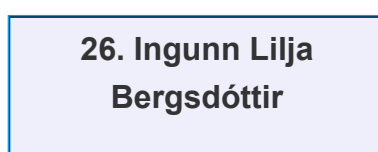
22. Jónína Hlín
Hansdóttir



23. Lena Margrét
Valdimarsdóttir



8. Krístrún
Steinþórsdóttir



26. Ingunn Lilja
Bergsdóttir

Á DÖFINNI

Mið. 5. feb. kl. 19:30 HK – FRAM

Coca Cola bikar kvenna Kórinn

Mið. 5. feb. kl. 19:30 Þór U – FRAM U

2. deild karla Höllin Akureyri

Lau. 8. feb. kl. 14:30 KA/Þór – FRAM

Olísdeild kvenna Akureyri

Sun. 9. feb. kl. 16:30 Valur U – FRAM U

Grill 66 deild kvenna Hlíðarendi

Mán. 10. feb. kl. 19:30 ÍR – FRAM

Olísdeild karla Austurberg

ÍÞRÓTTASKÓ FRAM

FRAMHERJAN

Skráning iðken

Fyrir deild og íþróttaskó

FRAMSTUÐARA

KYNFERÐISLEG OFBELDI OG ÁREITI

SAMSTARFSADILAR





Þjálfarateymi



Stefán Arnarson



Guðmundur Þór Jónsson

FÓTBOLTI

- Fréttasafn
- Meistaraflokkur karla
- Meistaraflokkur kvenna
- Stjórn
- Unglingaráð
- Yngri flokkar
- Æfingagjöld
- Æfingatöflur
- Þjálfarar

TAEKWONDO

- Beltakröfur
- Fréttasafn
- Stjórn
- Taeguk og Poomse
- Æfingagjöld
- Æfingar
- Þjálfarar

HANDBOLTI

- Bloggsíður
- Fréttasafn
- Meistaraflokkur karla
- Meistaraflokkur kvenna
- Stjórn
- Yngri flokkar
- Æfingagjöld
- Æfingatöflur
- Æfingatöflur – Grafarholt
- Þjálfarar

SKÍÐADEILD

- Fréttasafn
- Stjórn
- Æfingagjöld
- Æfingatímar

ALM.ÍPR.DEILD

- Einkaþjálfun
- Leikfimi
- Plús 1
- Skokk- og gönguhópur Fram
- Stjórn
- Stundaskrá

STYTTU ÞÉR LEIÐ

- Bloggsíður í fótboltanum
- Bloggsíður í handboltanum
- FRAM á Facebook
- FRAM svæðið í Úlfarsárdal
- Leikjagrunnur HSÍ
- Leikjagrunnur KSÍ
- Myndasafn JGK
- Rútuferðir
- Símaskráin
- Sumarnámskeið
- Veislusalur

KNATTSPYRNUFÉLAGIÐ FRAM

Knattspyrnufélagið FRAM
Safamýri 26 | 108 Reykjavík
Kt. 491070-0139

Skrifstofa Safamýri | Sími 533 5600
Skrifstofa Úlfarsárdal | Sími 587 8000
Fax 568 0495
www.fram.is | fram@fram.is

