

Kvíði, streita og slökun

miðvikudagur f.h

Mæting: B-205, 10:00

kennari/kennarar: Freyja

Lýsing: Við ræðum um kvíða og streitu og tökum góða slökunaræfingu í lokin. Fínt að hafa teppi eða jógadýnu með.

Hámarksfjöldi: 40 **Kostnaður:** 0 **Stig:** 2

Nafn	Kennitala
1. Alexía Mist Baldursdóttir	0203993689
2. Amelija Prizginaite	2906003910
3. Ágústa Margrét Björnsdóttir	2212992569
4. Birkir Daði Jónsson	2709013870
5. Birta Ketilsdóttir	2607992749
6. Bjarki Þór Ólason	0503012730
7. Blaise Palmer Casanova	0805983869
8. Dagmar Sara Bjarnadóttir	0401993229
9. Einar Björn Einarsson	0707993249
10. Elísa Rut Bjarnadóttir	3004002720
11. Grímur Ingi Einarsson	2707993619
12. Gylfi Brynjar Stefánsson	2409982709
13. Hanna Louisa Guðnadóttir	1907993879
14. Haukur Stefán Jakobsson	1805013120
15. Hekla Rán Kjartansdóttir	1207993049
16. Helena Dögg Einarsdóttir	1802003040

17. Helga María Gísladóttir	1203002370
18. Hjördís Brynjarsdóttir	1501993529
19. Hrafnhildur Arín Sigfúsdóttir	0204983319
20. Hulda Sigríður Höskuldsdóttir	1007003280
21. Irma Alexandersdóttir	2606003970
22. Isabella María V. Frederiksen	0909993899
23. Íris Edda Steinþórsdóttir	1201003350
24. Karítas Líf Elfarsdóttir	1101992799
25. Kolbrún Hulda Edvardsdóttir	0612002660
26. Lúísa Heiður Guðnadóttir	1510993519
27. Magnea Rós Gunnarsdóttir	1012992959
28. Margrét Ingólfssdóttir	0209992849
29. María Dís Einarsdóttir	1912012560
30. María Edda Sverrisdóttir	0511992009
31. Oliwia Julia Sawicka	2007994539
32. Pétur Vilberg Bergsteinsson	2610012090
33. Sesselja Dögg Sesseljudóttir	0702992759
34. Sesselja Rós Guðmundsdóttir	0501992669
35. Sindri Leví Ingason	2401003550
36. Stefanía Anna Vilhjálmssdóttir	2103992089
37. Sunna Rós Sigmundsdóttir	2509983849
38. Telma Maren Antonsdóttir	0502003290
39. Una Lára Lárussdóttir	0511992789
40. Yrsa Þöll Einarsdóttir	2108983289