



Havnar Svímjifelag



Innbjóðing til **SMS** kapping 2016

leygardagin 24. og sunnudagin 25. september 2016

Ólíkatøll: kvinnur

Líkatøll: menn

Leygarmorgun 24. september upphiting kl. 8.30 til 9.45 kapping kl. 10.00

1 - 2: 200 blandað

3 - 4: 400 frí

5 - 6: 50 bringa

Pausa - 15 min.

7 - 8: 200 firvald

9 - 10: 50 rygg

11 - 12: 100 frí

Leygardag 24. september upphiting kl. 16.00 til 17.15 kapping kl. 17.30

13 - 14: 200 rygg

15 - 16: 200 bringa

17 - 18: 100 firvald

Pausa - 15 min.

19 - 20: 400 blandað

21 - 22: 200 frí

Sunnudag 25. september upphiting kl. 12.30 til 13.45 kapping kl. 14.00

23 - 24: 50 firvald

25: 800 frí (kvinnur) bert ein riðil

26: 1500 frí (menn) bert ein riðil

27 - 28: 100 bringa

Pausa - 15 min.

29 - 30: 100 rygg

31 - 32: 50 frí

33 - 34: 100 blandað

Tilmeldingarnar skulu sendast til: soren@antoft.dk í seinasta lagi týskvøldið **21. SEPTEMBER 2016**.

Grodanfílan kemur seinni. Kappingarleiðari verður Erling Eidesgaard og yvirdómari verður Elin Matras.

HVØRT FELAG SKAL HAVA 3 HJÁLPARFÓLK TIL HVØNN PART

Vinarliga

Havnar Svímjifelag