



Hafsportsmót Ármanns

21.-22. september 2019 Laugardalslaug í 25m

Vinir og velunnarar velkomin á Ármannsmót.

Tímasetningar mótssins:

Laugardagur: 1.hluti upphitun kl.08:15 - keppni kl.09:15

Laugardagur: 2.hluti upphitun kl.15:30 – keppni kl.16:30

Sunnudagur: 3.hluti upphitun kl.08:15- keppni kl.09:15

Verðlaun:

Í 1. 2. og 3.hluta verða veitt verðlaun fyrir þrjú fyrstu sætin í aldurs-flokkunum: 12 ára og yngri, 13-14 ára og 15 ára og eldri nema í 800m sem er opinn flokkur. Fyrir þá sem synda 800m á Hafsportsmótinu og á Extramóti SH geta nælt sér í aukaverðlaun.

Skráningum skal skila á Splash formi á netfangið thurye@internet.is eigi síðar en mánudaginn 16. september. Keppendalisti verður birtur á síðu félagsins www.armenningar.is. Engin lág- eða háværk eru á mótinu en við áskiljum okkur rétt til að takmarka fjölda riðla verði um mikla þátttöku að ræða í ákveðnum greinum og breyta tímasetningum ef þess þarf. Vinsamlega sendið ekki sundmenn á “custom time,,(setja inn tíma)

Keppt er í samræmi við lög og reglur FINA/IPC/SSÍ upplýsingar um mótið verða birtar á síðunni www.armenningar.is.
www.facebook.com/SunddeildArmanns/?fref=ts

Skráningargjöld:

Skráningargjöld eru 600kr fyrir einstaklingsgreinar og 800kr fyrir boðsund. Vinsamlegast millifærið skráningargjöldin áður en mótið hefst inn á reikning **Sunddeildar Ármanns: 0113-26-017283 kt: 491283-0259**

Hlökkum til að sjá ykkur!

Með sundkveðju Stjórn Sunddeildar Ármanns



Hafsportsmót Ármanns

21.-22. september 2019 Laugardalslaug í 25m

Laugardagur 21. sept. 1.hluti.

Upphitun kl: 08:15 Keppni kl: 09:15

200m skriðsund

100m bringusund

800m skriðsund kvk 2-3 riðlar opinn flokkur

200m baksund

100m fjórsund

Laugardagur 21. sept. 2hluti

Upphitun kl. 15:30 Keppni kl: 16:30

50m baksund

50m bringusund

50m flugsund

50m skriðsund

400m skriðsund 3-4 riðlar

Sunnudagur 22. sept. 3.hluti

Upphitun kl: 08.15 Keppni kl.09:15

200m fjórsund

100m flugsund

100m baksund

800 skriðsund kk 2-3 riðlar opinn flokkur

200m bringusund

100m skriðsund

4x50m fjórsund kk og kvk

14 ára og yngri, 15 ára +