



Lýsismót Ármanns

27. - 28. apríl 2024 í Laugardalslaug
25 m laug



Verið velkomin á hið árlega Lýsismót Ármanns.

Verðlaun

Í hluta 1., 3. og 4. hluta eru verðlaun í flokkunum 11 ára og yngri, 12-13 ára, 14-15 ára og 16 ára og eldri. Í 800m greinum eru opnir flokkar.

Í 2. hluta eru greinar fyrir 10. ára og yngri og verða veitt þáttökuverðlaun og riðlaverðlaun í 2. hluta. Við mælum með að byrjendur og styttra komnir keppendur taki þátt í þessum hluta.

Skráningar og skráningargjöld

Vinsamlegast skráið ekki sundmenn án tíma, skráið frekar sjálf tíma ef sundmaður á ekki tíma í greininni. Keppnin fer fram í samræmi við reglur World Aquatics, SSÍ og IPC.

Skráning lýkur sunnudaginn 21. apríl og sendist á Splash formi á netfangið: armannsmot@gmail.com. Sendið úrskráningar fyrir kl. 19:00 fimmtudaginn 25. apríl

Skráningargjöld eru 850 kr fyrir einstaklingsgrein og 1000 kr fyrir boðsund. Skráningargjöld verða innheimt samkvæmt fjölda skráninga í mótsskrá föstudagskvöldið 26. apríl kl. 17:00

Greiðist inná reikning Sunddeildar Ármanns, 0113-26-017283 og kt: 491283-0259

Ráslistar, úrslit oph. verða sett inn á SplashMe og www.swimrankings.net

Við áskiljum okkur rétt til að takmarka fjölda riðla verði um mikla þátttöku að ræða í ákveðnum greinum og breyta tímasetningum ef þess þarf.

Veitingasala verður á staðnum.

Hlökkum til að sjá ykkur
Með sundkveðju Sunddeild Ármanns

Dagskráin

Laugardagur 27. apríl. 1. hluti

Upphitun kl: 08:15. Keppni kl: 09:30

1.	800 m skrið	kvenna
2.-3.	100 m bak	karla og kvenna
4.-5.	200 m fjór	karla og kvenna
6.-7.	200 m flug	karla og kvenna
8.-9.	100 m bringa	karla og kvenna
10.	800 m skrið	karla

Laugardagur 27. apríl. 2. hluti 10 ára og y.

Upphitun kl.12.00. Keppni kl. 12.45

11.-12.	25 m skrið	karla og kvenna
13.-14.	50 m skrið	karla og kvenna
15.-16.	25 m bringa	karla og kvenna
17.-18.	50 m bringa	karla og kvenna
19.-20.	25 m bak	karla og kvenna
21.-22.	50 m bak	karla og kvenna
23.-24.	25 m flug	karla og kvenna
53.	4x25 m skrið	blandað

Laugardagur 27. apríl. 3. hluti

Upphitun kl. 14:30 Keppni kl: 15:45

25.-26.	50 m bringa	karla og kvenna
27.-28.	400 m skrið	karla og kvenna
29.-30.	50 m flug	karla og kvenna
31.-32.	100 m fjór	karla og kvenna
33.-34.	200 m bak	karla og kvenna
35.-36.	100 m skrið	karla og kvenna
37.-38.	4x50 m fjór	karla og kvenna

Sunnudagur 28. apríl. 4. hluti

Upphitun kl: 08:15 Keppni kl. 09:30

39.-40.	200 m skrið	kvenna og karla
41.-42.	50 m bak	kvenna og karla
43.-44.	200 m bringa	kvenna og karla
45.-46.	100 m flug	kvenna og karla
47.-48.	50 m skrið	kvenna og karla
49.-50.	400 m fjór	kvenna og karla
51.-52.	4x50 m skr	kvenna og karla