

Innbjòðing til Suðuroyar Sparikassa stevnu 11-12 jan 2020.

Kappingarleidari: Marlon Kjærbo Yvirdòmarir : Turid Kjærbo og Katja Lervig

**Leygarmorgun : Upphiting kl 09.30,
kapping byrjar kl 10.30**

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. 1500 frí kvinnur | 19.50 bringa kvinnur |
| 2. 800 frí menn | 20.50 bringa menn |
| 3. 100 rygg kvinnur | 21.100 firvald kvinnur |
| 4. 100 rygg menn | 22.100 firvald menn |
| 5. 100 bringa kvinnur | 23.4x100 frí mix |
| 6. 100 bringa menn | |
| 7. 200 firvald kvinnur | |
| 8. 200 firvald menn | |
| 9. 50 frí kvinnur | |
| 10.50 frí menn | |
| 11.200 blandað kvinnur | |
| 12.200 blandað menn | |

**Leygardagur :Upphiting kl 16.00,
kapping byrjar kl 17.00**

- | |
|------------------------|
| 13.100 frí kvinnur |
| 14.100 frí menn |
| 15.200 rygg kvinnur |
| 16.200 rygg menn |
| 17.400 blandað kvinnur |
| 18.400 blandað menn |

Sunnudagur upphiting kl 12.00 kapping byrjar kl 13.00

24.800 frí kvinnur

25.1500 frí menn

26.50 rygg kvinnur

27.50 rygg menn

28.200 bringa kvinnur

29.200 bringa menn

30.50 firvald kvinnur

31.50 firvald menn

32.200 frí kvinnur

33.200 frí menn

34.4x100 blandað mix

Hetta er ein opin kapping. 800m, 1500 & 400m eru avmarkaðir til ein riðil við bestu tilmeldingartíð.

Hvørt av teimum stóru feløgunum skulu hava 6 hjálparfólk við, og hini 1 hjálparfólk. Tilmelding í seinasta lagi 8 jan 2018 til atlivester@hotmail.com

Við svimjukvøðu SuSvim