



HS Bólkakapping 20. septembur 2025

Kapping verður í Gundadali leygardagin 20. septembur. Kappast verður í 25m í nýggju høll.
Tilmeldingarnar skulu gerast á Tempus.fo <https://data.tempus.fo/#/>
seinasta lagi týsdagin 16. Septembur kl 22.00

í

1. Partur: Bólkur 1 og 2 (2015 og yngri) - Upphiting kl 10.30, kapping kl 11.00

Kapping 1: 25m frí (dreingir)

Kapping 2: 25m frí (gentur)

Kapping 3: 25m rygg (dreingir)

Kapping 4: 25m rygg (gentur)

Kapping 5: 25m bein v/plátu (dreingir)

Kapping 6: 25m bein v/plátu (gentur)

Kapping 7: 50m frí (dreingir)

Kapping 8: 50m frí (gentur)

Kapping 9: 50m rygg (dreingir)

Kapping 10: 50m rygg (gentur)

Kapping 11: 25m bringa (dreingir)

Kapping 12: 25m bringa (gentur)

Kapping 13: 100m frí (dreingir)

Kapping 14: 100m frí (gentur)

Kapping 15: 4x50m frí (dreingir)

Kapping 16: 4x50m frí (gentur)

*Liðsvimjing: Bólkarnir kunnu ikki blandast, tó kann ein svimjari úr bólki 1 hálast upp til bólki 2, um felagið ikki fær mannað lið við svimjarum úr sama bólki.

2. Partur: Bólkur 3 og 4 (2011-2014) - Kunning um upphiting og kapping kemur seinni

Kapping 17: 50m frí (dreingir)

Kapping 18: 50m frí (gentur)

Kapping 19: 100m blandað (dreingir)

Kapping 20: 100m blandað (gentur)

Kapping 21: 50m rygg (dreingir)

Kapping 22: 50m rygg (gentur)

Kapping 23: 50m bringa (dreingir)

Kapping 24: 50m bringa (gentur)

Kapping 25: 100m frí (dreingir)

Kapping 26: 100m frí (gentur)

Kapping 27: 50m firvald (dreingir)

Kapping 28: 50m firvald (gentur)

Kapping 29: 100m rygg (dreingir)

Kapping 30: 100m rygg (gentur)

Kapping 31: 4x50m blandað (dreingir)

Kapping 32: 4x50 blandað (gentur)

*Liðsvimjing: Bólkarnir kunnu ikki blandast, tó kann ein svimjari úr bólki 3 hálast upp til bólki 4, um felagið ikki fær mannað lið við svimjarum úr sama bólki.

* Tey kunnu í mesta lagi svimja fimm kappingar hvør, umframt liðkapping *

Ægir, Susvim og HS koma við 5 hjálparfólkum hvør, og hini feløgin koma við 3 hjálparfólkum hvør til hvønn stevnu-part. **Fyrirvarni verður tikið fyri møguligum broytingum.** Yvirlit yvir hjálparfólk skal vera HS (hs@hs.fo) í hendi seinast hóskvøldið 18. Sept.

Við svimjikvøðu - Havnar Svímjifelag

SSL: Úr Suðri leygardag kl 7:00 – Í Havn kl. 09:30

Úr Havn leygarkvøld kl. 20:30



stuðla HS

