



Til svimjifelögini

Hellufossur vil hervið bjóða til svimjikapping í Kvívíkar skúla leygardagin 1. novembur 2025 fyri bólk 1, 2 og 3. Tilmeldingarfreistin er týskvøldið 28. októbur 2025 á Tempus.

Bólkur 1

Upphiting kl. 12:00 – kapping kl. 12:30

Kapping	Grein	Kyn
1*	12,5m nudlu mix	Mix
2	12,5m bein við plátu	Menn
3	12,5m bein við plátu	Kvinnur
4	12,5m frí	Menn
5	12,5m frí	Kvinnur
6	25m frí	Menn
7	25m frí	Kvinnur
8	12,5m rygg	Menn
9	12,5m rygg	Kvinnur
10	25m rygg	Menn
11	25m rygg	Kvinnur
12	12,5m bringa	Menn
13	12,5m bringa	Kvinnur

Bólkur 2

Upphiting kl. 14:00 – kapping kl. 14:30

Kapping	Grein	Kyn
14*	12,5m nudlu mix	Mix
15	25m frí	Menn
16	25m frí	Kvinnur
17	37,5m frí	Menn
18	37,5m frí	Kvinnur
19	25m bringa	Menn
20	25m bringa	Kvinnur
21	25m rygg	Menn
22	25m rygg	Kvinnur
23	37,5m rygg	Menn
24	37,5m rygg	Kvinnur
25	12,5m firvald	Menn
26	12, 5m firvald	Kvinnur

Bólkur 3

Upphiting kl. 16:00 – kapping kl. 16:30

Kapping	Grein	Kyn
27*	12,5m nudlu mix	Mix
28	25m frí	Menn
29	25m frí	Kvinnur
30	50m frí	Menn
31	50m frí	Kvinnur
32	25m bringa	Menn
33	25m bringa	Kvinnur
34	25m rygg	Menn
35	25m rygg	Kvinnur
36	50m rygg	Menn
37	50m rygg	Kvinnur
38	25m firvald	Menn
39	25m firvald	Kvinnur

*Liðsvimjing verður skipa á staðnum.

Feløgini hava 3 hjálparfólk við til hvønn stevnu-part. Hjálparfólkafundurin byrjar tá upphitingin byrjar. Nøvnini hjá hesum verða tit biðin um at senda til

hellufossur@gmail.com í seinasta lagi mikukvøldið 28. októbur.

Fyrivarni verður tikið fyri møguligum broytingum og tíðum.

**Við svimjikkvøðu
Svimjifelagið Hellufossur**