

# Opin kapping í Havn

17 & 18 sept. 2011



## Kappingin er úttøkukapping til landsdystin Føroyar – Ísland og úttøka til World Cup.

Tilmeldingarnar skulu sendast til Svend Áge Seloy á mail - [saseloy@gmail.com](mailto:saseloy@gmail.com) í seinasta lagi týskvøldið 13. september kl. 20.00.

Dan Hjelm verður dómari.

Tað vera bert 1 riðil svomin í hvørjari kapping í 800 og 1500 m frí.

Kappingarnar vera hesar:

Kvinnur ólíkatal og menn líkatal

Fyrirpart leygardagin		Seinapart leygardagin	
Upphiting kl. 08.00 – 08.55		Upphiting kl. 15.00 – 15.55	
Kappingin byrjar kl. 09.00		Kappingin byrjar kl. 16.00	
1 & 2	400 frí	12 & 13	400 blandað
3 & 4	100 rygg	13 & 14	1500 frí
5 & 6	200 firvald	15 & 16	50 bringu
7 & 8	100 blandað	17 & 18	100 firvald
9 & 10	200 bringu	19 & 20	50 rygg
11 & 12	50 frí	21 & 22	100 frí

Fyrirpart sunnudagin – eingin svimjing		Seinapart sunnudagin	
		Upphiting kl. 12.00 – 12.55	
		Kappingin byrjar kl. 13.00	
		23 & 24	800 frí
		25 & 26	200 rygg
		27 & 28	50 firvald
		29 & 30	200 blandað
		31 & 32	100 bringu
		33 & 34	200 frí

Hvørt felagið skal hava 3 hjálparfólk við!

Win-groðan filan kemur seinni.

Vinarliga

Havnar Svímjfelag

Óli Gardshodn, tlf. 545136 og mail: [oli.gardshodn@gmail.com](mailto:oli.gardshodn@gmail.com)