

Páskamót ÍRB

2010

12 ára og yngri

Kæru sundmenn og foreldrar!

Nú er komið að Páskasundmótinu okkar. Við höfum ákveðið að hafa það á miðvikudagskvöldi.

Mótið fer fram í Vatnaveröldinni miðvikudaginn 24. mars

Mótinu verður tvískípt eftir aldri:

8 ára og yngri og byrjendur. Upphítun hefst kl. 17:15 og mótið kl. 17:30. Mótslok kl. 18.15

9 ára og eldri. Upphítun hefst kl. 18:15 og mótið kl. 18:30. Mótslok kl. 20.00

Ekki eru veitt sérverðlaun fyrir hverja grein, en allir fá verðlaun fyrir þátttöku.

Þennan dag verður frí á æfingum hjá sundmönnum.

Hver sundmaður má bara keppa í tveimur greinum !!!!

Sundkveðja! Sundráð ÍRB

8 ára og yngri

- 1) 25m flug byrjendur
- 2) 25m bak byrjendur
- 3) 25m bringa byrjendur
- 4) 25m skrið byrjendur

9 ára og eldri

- 1) 100m flug 11 ára og eldri "99 og eldri
- 2) 50m fl 9- 10 ára "00 -"01
- 3) 100m bak 11 ára og eldri "99 og eldri
- 4) 50m bak 9- 10 ára "00 -"01
- 5) 100m bringa 11 ára og eldri "99 og eldri
- 6) 50m bringa 9- 10 ára "00 -"01
- 7) 100m skrið 11 ára og eldri "99 og eldri
- 8) 50m skrið 9- 10 ára "00 -"01
- 9) 100m fjórsund 11 ára og eldri "99 og eldri