

12. Ásvallamót 2019
Hafnarfjörður, 16. - 17.3.2019

Skipuleggja móthluta nr. 1 - laugardagur, 16. mars 2019

16.3.2019 - 10:00

Upphitun: 8:00 til 9:50

Dómarafundur: 9:00

10:00	1.	50m skriðsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:108	Undanrásir
10:10	2.	50m skriðsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:108	Undanrásir
10:20	3.	400m skriðsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:254	Undanrásir
10:45	4.	400m skriðsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:153	Undanrásir
11:00	5.	100m bringusund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:208	Undanrásir
11:20	6.	100m bringusund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:156	Undanrásir
11:35	7.	200m baksund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:154	Undanrásir
11:50	8.	200m baksund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:052	Undanrásir
11:55	9.	100m flugsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:105	Undanrásir
12:05	10.	100m flugsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:156	Undanrásir
12:20	11.	4 x 50m fjórsund	blandað	Bein úrslit	Opinn	0:052	Undanrásir
12:25	Lokatími mótshluta				Tímalengd	2:25	

Skipuleggja móthluta nr. 2 - laugardagur, 16. mars 2019

16.3.2019 - 16:00

Upphitun: 14:30 til 15:50

Dómarafundur: 15:00

16:00	12.	100m baksund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:210	Undanrásir
16:20	13.	100m baksund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:156	Undanrásir
16:35	14.	200m flugsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:05	1 Riðill
16:40	15.	200m flugsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:052	Undanrásir
16:45	16.	100m skriðsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:213	Undanrásir
17:10	17.	100m skriðsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:211	Undanrásir
17:30	18.	50m bringusund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:054	Undanrásir
17:35	19.	50m bringusund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:053	Undanrásir
17:40	20.	200m fjórsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:205	Undanrásir
18:00	21.	200m fjórsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:154	Undanrásir
18:15	22.	800m skriðsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:202	Undanrásir
18:35	23.	1500m skriðsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:20	1 Riðill
18:55	Lokatími mótshluta				Tímalengd	2:55	

Skipuleggja móthluta nr. 3 - sunnudagur, 17. mars 2019

17.3.2019 - 10:00

Upphitun: 8:00 til 9:50

Dómarafundur: 9:00

10:00	24.	400m fjórsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:152	Undanrásir
10:15	25.	400m fjórsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:102	Undanrásir
10:25	26.	50m flugsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:106	Undanrásir
10:35	27.	50m flugsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:054	Undanrásir
10:40	28.	200m skriðsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:207	Undanrásir
11:00	29.	200m skriðsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:257	Undanrásir
11:25	30.	50m baksund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:053	Undanrásir
11:30	31.	50m baksund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:053	Undanrásir
11:35	32.	200m bringusund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:154	Undanrásir
11:50	33.	200m bringusund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:103	Undanrásir
12:00	34.	1500m skriðsund	kvenna	Bein úrslit	Opinn	0:25	1 Riðill
12:25	35.	800m skriðsund	karla	Bein úrslit	Opinn	0:252	Undanrásir
12:50	36.	4 x 50m skriðsund	blandað	Bein úrslit	Opinn	0:052	Undanrásir
12:55	Lokatími mótshluta				Tímalengd	2:55	