

Innbjóðing til Ægir Open í Klaksvík

Leygardagin 26. og Sunnudagin 27. Oktobur 2024

Leygarmorgun 26. Oktobur **Upphiting kl. 08:00** **Kapping kl. 09:00**

1 – 50m rygg Kvinnur	2 – 50m rygg Menn
3 – 100m Blandað Kvinnur	4 - 100m Blandað Menn
5 – 100m Frí Kvinnur	6 – 100m Frí Menn
10 min steðgur	
7 - 50m Bringu Kvinnur	8 – 50m Bringu Menn
9 – 100m Firvald Kvinnur	10 – 100m Firvald Menn
10 min steðgur	
11 – 4x50m frí Mix	

Leygardag 26. Oktobur **Upphiting kl. 15:00** **Kapping kl. 16:00**

12 – 50m Frí Kvinnur	13 – 50m Frí Menn
14 – 400m Blandað Kvinnur	15 – 400m Blandað Menn
16 – 100m Bringu Kvinnur	17 – 100m Bringu Menn
10 min steðgur	
18 - 200m Rygg Kvinnur	19 – 200m Rygg Menn
20 – 800m Frí Kvinnur (í mest lagi 1 riðil)	21 - 1500m Frí Menn (í mest lagi 1 riðil)
22 – 50m Firvald Kvinnur	23 – 50m Firvald Menn
10 min steðgur	
24 - 4x100m Blandað Kvinnur	25 - 4x100m Blandað Menn

Sunnudag 27. Oktobur **Upphiting kl. 13:00** **Kapping kl. 14:00**

26 - 4x50m Blandað Kvinnur	27 - 4x50m Blandað Menn
5 min steðgur	
28 – 100m Bringu Kvinnur	29 – 100m Bringu Menn
30 – 100m Frí Kvinnur	30 - 100m Frí Menn
32 - 200m Blandað Kvinnur	32 - 200m Blandað Menn
10 min steðgur	
34 - 200m Firvald Kvinnur	34 - 200m Firvald Menn
36 - 100m Rygg Kvinnur	36 - 100m Rygg Menn
38 - 400m Frí Kvinnur	38 - 400m Frí Menn

Tilmeldingarnar skulu gerðast á Tempus.fo <https://data.tempus.fo/#/> í seinasta lagi týskvøldið **22. Oktobur 2024, Kl. 23:59.**

SuSvim, HS og Ægir eiga at hava 5 hjálparfólk hvør og Flot, FS, Reysti og Hellufossur eiga at hava 2 hjálparfólk hvør til hvønn stevnuartin. Yvirlitið skal vera svimjisambandinum - ssf@ssf.fo - í hendi seinast mikukvøldið **23. Oktobur 2024, Kl. 23:59.**

Vinarliga
Svimjifelagið Ægir.