



Til svímjifelögini

Svímjifelagið Reysti vil við hesum bjóða til Reysta-stevnu leygardagin 29. mars 2025 í Leirvíkar skúla fyri bólk 1, 2, 3 og 4

Tilmeldingarfreistin er mikudagin 26. mars 2025 á data.tempus.fo

Bólkur 1

Upphiting kl 12.30 – kapping kl 13.00

Kapping

1. Nudlasvimjing - Mix
2. 16m plátu – Dreingir
3. 16m plátu - Gentur
4. 16m frí – Dreingir
5. 16m frí - Gentur
6. 16m rygg – Dreingir
7. 16m rygg - Gentur
8. 33m frí – Dreingir
9. 33m frí - Gentur
10. 33m rygg – Dreingir
11. 33m rygg - Gentur

Bólkur 2

12. Nudlasvimjing - Mix
13. 16m frí - Dreingir
14. 16m frí - Gentur
15. 16m bringu – Dreingir
16. 16m bringu - Gentur
17. 16m rygg – Dreingir
18. 16m rygg - Gentur
19. 16m firvald – Dreingir
20. 16m firvald - Gentur
21. 33m frí – Dreingir
22. 33m frí - Gentur
23. 33m rygg – Dreingir
24. 33m rygg - Gentur
25. 50m frí – Dreingir
26. 50m frí - Gentur

Bólkur 3 og 4

27. 16m frí – Dreingir
28. 16m frí - Gentur
29. 33m frí – Dreingir
30. 33m frí - Gentur
31. 33m bringu – Dreingir



32. 33m bringu – Gentur
33. 33m rygg - Dreingir
34. 33m rygg - Gentur
35. 33m firvald – Dreingir
36. 33m firvald - Gentur
37. 50m frí – Dreingir
38. 50m frí - Gentur
39. 50m rygg – Dreingir
40. 50m rygg – Gentur

Feløgini hava 2 hjálparfólk við til hvønn stevnu-part. Hjálparfólkafundur byrjar tá upphitingin byrjar. Nøvnini á hesum vera tit biðin um at senda til reysti@outlook.dk í seinasta lagi mikudagin 26. Mars 2025.

Fyrivarni verður tikið fyri møguligum broytingum

Vinarliga
Svimjifélagið Reysti