

Bikarmót í áhaldafimleikum
Ármann, Laugaból 19.-20.mars 2022



Hluti 1

3. þrep KVK

Mæting	07:50
Almenn upphitun	8:00-8:20
Stilla v. áhald	08:30
Keppni hefst	08:40
Keppni lýkur	10:50

Keppni 3. þrep KVK					
Umferð	Stökk	Tvíslá	Slá	Gólf	Bið
I	1	2	3	4	5
II	5	1	2	3	4
III	4	5	1	2	3
IV	3	4	5	1	2
V	2	3	4	5	1

Hópur 1: Stjarnan 1
Hópur 2: Gerpla 1
Hópur 3: Gróttá
Hópur 4: Keflavík 1
Hópur 5: Ármann

Hluti 2

3. þrep KVK

Mæting	10:50
Almenn upphitun	11:00-11:20
Stilla v. áhald	11:30
Keppni hefst	11:40
Verðlaunaafhending	13:40

Keppni 3. þrep KVK				
Umferð	Stökk	Tvíslá	Slá	Gólf
I	1	2	3	4
II	4	1	2	3
III	3	4	1	2
IV	2	3	4	1

Hópur 1: Gerpla 2
Hópur 2: Keflavík 2
Hópur 3: Björk/ FimAK gestir
Hópur 4: Stjarnan 2



Hluti 3

Laugardagur 19.mars

1.þrep KVK

Mæting	13:50	
Almenn upphitun	14:00-14:20	
Upphitun áhöld	14:20-15:00	(Frjáls)
Stilla v. áhald	15:10	
Keppni hefst	15:20	
Keppni lýkur	16:30	
Mótslok	16:40	

Keppni 1. þrep KVK				
Umferð	Stökk	Tvíslá	Slá	Gólf
I	1	2	3	4
II	4	1	2	3
III	3	4	1	2
IV	2	3	4	1



- Hópur 1: Fylkir
Hópur 2: Gróttá
Hópur 3: Stjarnan/Keflavík gestur
Hópur 4: Ármann

Hluti 4

sunnudagur 20.mars

2. þrep KVK

1.-2.-3.þrep KK

Mæting 08:50

Almenn upphitun 9:00-9:20

Upphitun áhöld 9:20-10:20 (KK-frjáls)

Stilla v. áhald 10:30

Keppni hefst 10:40

Keppni lýkur 13:20

Upphitun 2. þrep KVK				
Umferð	Stökk	Tvíslá	Slá	Gólf
I	4	1	2	3
II	3	4	1	2
III	2	3	4	1
IV	1	2	3	4
Keppni 2. þrep KVK				
Umferð	Stökk	Tvíslá	Slá	Gólf
I	1	2	3	4
II	4	1	2	3
III	3	4	1	2
IV	2	3	4	1

Hópur 1: Gerpla (7) Ármann gestur

Hópur 2: Björk(6) Fimak gestir

Hópur 3: Stjarnan /Fylkir

Hópur 4: Keflavík/Fjölnir

Keppni KK						
Umferð	Gólf	Bogi	Hringir	Stökk	Tvíslá	Svifrá
I			A	B	C	D
II	D			A	B	C
III	C	D			A	B
IV	B	C	D			A
V	A	B	C	D		
VI		A	B	C	D	

Hópur A: 1.þrep Gerpla/Ármann

Hópur B: 2.þrep Gerpla A og Gerpla B

Hópur C: 3.þrep Gerpla A og Gerpla B

Hópur D: 3.þrep Björk og Ármann-2.þrep Fylkir gestir