

# Haustmót í hópfirmleikum og stökkfimi eldri Íþróttahúsið á Egilsstöðum 19. -20. nóvember



Laugardagur 19. nóvember

## 2. flokkur

Almenn upphitun	08:00
Upphitun á áhöldum	08:20
Yfirdómarafundur	08:50
Dómarafundur	09:00
Innmars	09:45
Keppni hefst	09:50
Keppni lýkur	11:20



**Fimleikasamband  
Íslands**

		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Keflavík	1.umf.	Keflavík	Selfoss	Gerpla 2	08:20	08:28	09:50
Selfoss	2.umf.	ÍA 2	Stjarnan 1	Gerpla 1	08:28	08:36	09:59
Gerpla 2	3.umf.	ÍA 1	Stjarnan 2	Grótta	08:36	08:44	10:08
Stjarnan 1	4.umf.	Gerpla 2	Afturelding	Selfoss	08:44	08:52	10:17
Gerpla 1	5.umf.	Gerpla 1	Keflavík	Stjarnan 1	08:52	09:00	10:26
ÍA 2	6.umf.	Grótta	ÍA 2	Stjarnan 2	09:00	09:08	10:35
Stjarnan 2	7.umf.	Selfoss	ÍA 1	Afturelding	09:08	09:16	10:44
Grótta	8.umf.	Stjarnan 1	Gerpla 2	Keflavík	09:16	09:24	10:53
ÍA 1	9.umf.	Stjarnan 2	Gerpla 1	ÍA 2	09:24	09:32	11:02
Afturelding	10.umf.	Afturelding	Grótta	ÍA 1	09:32	09:40	11:11

## Laugardagur 19. nóvember

### Mfl., 1.flokkur og Stökkfimi

Almenn upphitun	11:40
Upphitun á áhöldum	12:00
Yfirdómarafundur	12:30
Dómarafundur	12:40
Innmars	13:25
Keppni hefst	13:30
Keppni lýkur	15:00
Verðlaunaafhending - Stökkfimi	15:05



**Fimleikasamband  
Íslands**



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Höttur stökkf.	1.umf.	Höttur stökkf.	ÍA mfl.	Fimak stökkf.	12:00	12:08	13:30
ÍA mfl.	2.umf	Þór stökkf.	Ármann/Grótta mfl.	Fimak mfl.	12:08	12:16	13:39
Fimak mfl.	3.umf.	Rán stökkf.	Grótta 1.fl.	ÍA mfl.	12:16	12:24	13:48
Þór stökkf.	4.umf.	Afturelding stökkf.	Höttur mix mfl.	Ármann/Grótta mfl.	12:24	12:32	13:57
Ármann/Grótta mfl.	5.umf.	Fimak stökkf.	Höttur stökkf.	Grótta 1.fl.	12:32	12:40	14:06
Höttur mix mfl.	6.umf	Fimak mfl.	Þór stökkf.	Höttur mix mfl.	12:40	12:48	14:15
Rán stökkf.	7.umf	ÍA mfl.	Rán stökkf.	Höttur stökkf.	12:48	12:56	14:24
Grótta 1.fl.	8.umf	Ármann/Grótta mfl.	Afturelding stökkf.	Þór stökkf.	12:56	13:04	14:33
Fimak stökkf.	9.umf	Grótta 1.fl.	Fimak stökkf.	Rán stökkf.	13:04	13:12	14:42
Afturelding stökkf.	10.umf	Höttur mix mfl.	Fimak mfl.	Afturelding stökkf.	13:12	13:20	14:51

Sunnudagur 20. nóvember

**3. flokkur 1/2**

Almenn upphitun	08:00
Upphitun á áhöldum	08:20
Yfirdómarafundur	08:40
Dómarafundur	08:50
Innmars	09:35
Keppni hefst	09:40
Keppni lýkur	11:00



**Fimleikasamband  
Íslands**



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Fjöltnir 1	1.umf.	Gerpla 3	Fjöltnir 1	Fimak 2	08:20	08:27	09:40
Fimak 2	2.umf.	Gerpla 2	Fjöltnir 2	Fimak 1	08:27	08:34	09:48
Gerpla 3	3.umf.	Gerpla 1	Fjöltnir 3	Grótta	08:34	08:41	09:56
Fjöltnir 2	4.umf.	Fimak 2	Þór	Fjöltnir 1	08:41	08:48	10:04
Fimak 1	5.umf.	Fimak 1	Gerpla 3	Fjöltnir 2	08:48	08:55	10:12
Gerpla 2	6.umf.	Grótta	Gerpla 2	Fjöltnir 3	08:55	09:02	10:20
Fjöltnir 3	7.umf.	Fjöltnir 1	Gerpla 1	Þór	09:02	09:09	10:28
Grótta	8.umf.	Fjöltnir 2	Fimak 2	Gerpla 3	09:09	09:16	10:36
Gerpla 1	9.umf.	Fjöltnir 3	Fimak 1	Gerpla 2	09:16	09:23	10:44
Þór	10.umf.	Þór	Grótta	Gerpla 1	09:23	09:30	10:52

## Sunnudagur 20. nóvember

### 3. flokkur 2/2

Almenn upphitun	11:40
Upphitun á áhöldum	12:00
Yfirdómarafundur	08:40
Dómarafundur	08:50
Innmars	13:15
Keppni hefst	13:20
Keppni lýkur	14:40



**Fimleikasamband  
Íslands**



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Stjarnan 1	1.umf.	Stjarnan 1	Afturelding	ÍA mix	12:00	12:07	13:20
Afturelding	2.umf.	Stjarnan 2	Selfoss 1	ÍA 1	12:07	12:14	13:28
ÍA mix	3.umf.	Keflavík	Selfoss 2	ÍA 2	12:14	12:21	13:36
Stjarnan 2	4.umf.	Höttur	Stjarnan 1	Afturelding	12:21	12:28	13:44
Selfoss 1	5.umf.	ÍA mix	Stjarnan 2	Selfoss 1	12:28	12:35	13:52
ÍA 1	6.umf.	ÍA 1	Keflavík	Selfoss 2	12:35	12:42	14:00
Keflavík	7.umf.	ÍA 2	Höttur	Stjarnan 1	12:42	12:49	14:08
Selfoss 2	8.umf.	Afturelding	ÍA mix	Stjarnan 2	12:49	12:56	14:16
ÍA 2	9.umf.	Selfoss 1	ÍA 1	Keflavík	12:56	13:03	14:24
Höttur	10.umf.	Selfoss 2	ÍA 2	Höttur	13:03	13:10	14:32