

Íslandsmót í hópfirmleikum og stökkfimi

14. - 17. maí

ÍA - Íþróttahúsið Vesturgötu



Fimmtudagur 14. maí

3. flokkur B

Almenn upphitun	10:00
Upphitun á áhöldum	10:20
Dómarafundur	10:50
Innmars	11:30
Keppni hefst	11:35
Keppni lýkur	12:56
Verðlaunaafhending	13:00



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
ÍA	1.umf.	ÍA	Ármann	Stjarnan hvítur	10:20	10:27	11:35
Ármann rauður	2.umf.	KA	Gróttta	Stjarnan blár	10:27	10:34	11:44
Stjarnan hvítur	3.umf.	Keflavík	Fjöltnir	Gerpla	10:34	10:41	11:53
KA	4.umf.	Stjarnan hvítur	ÍA	Ármann	10:41	10:48	12:02
Gróttta	5.umf.	Stjarnan blár	KA	Gróttta	10:48	10:55	12:11
Stjarnan blár	6.umf.	Gerpla	Keflavík	Fjöltnir	10:55	11:02	12:20
Keflavík	7.umf.	Ármann	Stjarnan hvítur	ÍA	11:02	11:09	12:29
Fjöltnir	8.umf.	Gróttta	Stjarnan blár	KA	11:09	11:16	12:38
Gerpla	9.umf.	Fjöltnir	Gerpla	Keflavík	11:16	11:23	12:47

Fimmtudagur 14. maí

2. flokkur og KKE

Almenn upphitun	13:30
Upphitun á áhöldum	13:50
Dómarafundur	14:30
Innmars	15:00
Keppni hefst	15:05
Keppni lýkur	16:26
Verðlaunaafhending	16:28



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Gerpla 1	1.umf.	Gerpla 1	Fjöl nir	Stjarnan 1	13:50	13:57	15:05
Fjöl nir	2.umf	Gerpla 2	Gerpla kke	Stjarnan 2	13:57	14:04	15:14
Stjarnan 1	3.umf.	Selfoss	Stjarnan kke	ÍA	14:04	14:11	15:23
Gerpla 2	4.umf.	Stjarnan 1	Gerpla 1	Fjöl nir	14:11	14:18	15:32
Gerpla kke	5.umf.	Stjarnan 2	Gerpla 2	Gerpla kke	14:18	14:25	15:41
Stjarnan 2	6.umf	ÍA	Selfoss	Stjarnan kke	14:25	14:32	15:50
Selfoss	7.umf	Fjöl nir	Stjarnan 1	Gerpla 1	14:32	14:39	15:59
Stjarnan kke	8.umf	Gerpla kke	Stjarnan 2	Gerpla 2	14:39	14:46	16:08
ÍA	9.umf	Stjarnan kke	ÍA	Selfoss	14:46	14:53	16:17

Föstudagur 15. maí

1. flokkur

Almenn upphitun	17:00
Upphitun á áhöldum	17:30
Dómarafundur	18:10
Innmars	18:50
Keppni hefst	18:55
Keppni lýkur	19:58
Verðlaunaafhending	20:00



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Stjarnan kvk	1.umf.	Stjarnan kvk	Gerpla mix	Selfoss kvk	17:30	17:40	18:55
Gerpla mix	2.umf.	Stjarnan kk	Gerpla kvk	Selfoss mix	17:40	17:50	19:04
Selfoss kvk	3.umf.	Afturelding	Stjarnan kvk	Gerpla mix	17:50	18:00	19:13
Stjarnan kk	4.umf.	Selfoss kvk	Stjarnan kk	Gerpla kvk	18:00	18:10	19:22
Gerpla kvk	5.umf.	Selfoss mix	Afturelding	Stjarnan kvk	18:10	18:20	19:31
Selfoss mix	6.umf.	Gerpla mix	Selfoss kvk	Stjarnan kk	18:20	18:30	19:40
Afturelding	7.umf.	Gerpla kvk	Selfoss mix	Afturelding	18:30	18:40	19:49

Laugardagur 16. maí

3. flokkur stökkfimi

Almenn upphitun	08:30
Upphitun á áhöldum	08:50
Dómarafundur	09:30
Innmars	10:15
Keppni hefst	10:20
Keppni lýkur	11:48
Verðlaunaafhending	11:50



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Gróttá blár	1.umf.	Gróttá blár	Gerpla 1	ÍA gulur	08:50	08:57	10:20
Gerpla 1	2.umf.	Gróttá gulur	Gerpla 2	ÍA svartur	08:57	09:04	10:28
ÍA gulur	3.umf.	Selfoss 1	Rán	Höttur	09:04	09:11	10:36
Gróttá gulur	4.umf.	Selfoss 2	Afturelding	Gerpla 1	09:11	09:18	10:44
Gerpla 2	5.umf.	ÍA gulur	Gróttá blár	Gerpla 2	09:18	09:25	10:52
ÍA svartur	6.umf.	ÍA svartur	Gróttá gulur	Rán	09:25	09:32	11:00
Selfoss 1	7.umf.	Höttur	Selfoss 1	Afturelding	09:32	09:39	11:08
Rán	8.umf.	Gerpla 1	Selfoss 2	Gróttá blár	09:39	09:46	11:16
Höttur	9.umf.	Gerpla 2	ÍA gulur	Gróttá gulur	09:46	09:53	11:24
Selfoss 2	10.umf.	Rán	ÍA svartur	Selfoss 1	09:53	10:00	11:32
Afturelding	11.umf.	Afturelding	Höttur	Selfoss 2	10:00	10:07	11:40

Laugardagur 16. maí

3. flokkur A

Almenn upphitun	12:20
Upphitun á áhöldum	12:40
Dómarafundur	13:10
Innmars	13:50
Keppni hefst	13:55
Keppni lýkur	15:16
Verðlaunaafhending	15:20



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Ármann blár	1.umf.	Ármann	Höttur	Keflavík	12:40	12:47	13:55
Höttur	2.umf.	Stjarnan 1	Selfoss 1	Gerpla	12:47	12:54	14:04
Keflavík	3.umf.	Stjarnan 2	Selfoss 2	Afturelding	12:54	13:01	14:13
Stjarnan 1	4.umf.	Keflavík	Ármann	Höttur	13:01	13:08	14:22
Selfoss 1	5.umf.	Gerpla	Stjarnan 1	Selfoss 1	13:08	13:15	14:31
Gerpla	6.umf.	Afturelding	Stjarnan 2	Selfoss 2	13:15	13:22	14:40
Stjarnan 2	7.umf.	Höttur	Keflavík	Ármann	13:22	13:29	14:49
Selfoss 2	8.umf.	Selfoss 1	Gerpla	Stjarnan 1	13:29	13:36	14:58
Afturelding	9.umf.	Selfoss 2	Afturelding	Stjarnan 2	13:36	13:43	15:07

Laugardagur 16. maí

2. flokkur stökkfimi

Almenn upphitun	15:50
Upphitun á áhöldum	16:10
Dómarafundur	16:45
Innmars	17:30
Keppni hefst	17:35
Keppni lýkur	18:55
Verðlaunaafhending	18:58



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Gróttta	1.umf.	Gróttta	ÍA	Ármann 1	16:10	16:17	17:35
ÍA	2.umf.	Höttur 1	Afturelding	Ármann 2	16:17	16:24	17:43
Ármann 1	3.umf.	Höttur 2	Björk	Fjölnir	16:24	16:31	17:51
Höttur 1	4.umf.	KA	Gróttta	ÍA	16:31	16:38	17:59
Afturelding	5.umf.	Ármann 1	Höttur 1	Afturelding	16:38	16:45	18:07
Ármann 2	6.umf.	Ármann 2	Höttur 2	Björk	16:45	16:52	18:15
Höttur 2	7.umf.	Fjölnir	KA	Gróttta	16:52	16:59	18:23
Björk	8.umf.	ÍA	Ármann 1	Höttur 1	16:59	17:06	18:31
Fjölnir	9.umf.	Afturelding	Ármann 2	Höttur 2	17:06	17:13	18:39
KA	10.umf.	Björk	Fjölnir	KA	17:13	17:20	18:47

Sunnudagur 17. maí

Mfl./1.flokkur stökkfimi

Almenn upphitun	09:30
Upphitun á áhöldum	09:50
Dómarafundur	10:15
Innmars	10:55
Keppni hefst	11:00
Keppni lýkur	12:05
Verðlaunaafhending	12:08



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Fjölnir	1.umf.	Fjölnir	ÍA	KA	09:50	09:57	11:00
ÍA	2.umf.	Keflavík	Rán	Höttur	09:57	10:04	11:08
KA	3.umf.	Þór	Ármann	ÍA	10:04	10:11	11:16
Keflavík	4.umf.	KA	Fjölnir	Rán	10:11	10:18	11:24
Rán	5.umf.	Höttur	Keflavík	Ármann	10:18	10:25	11:32
Höttur	6.umf.	ÍA	Þór	Fjölnir	10:25	10:32	11:40
Þór	7.umf.	Rán	KA	Keflavík	10:32	10:39	11:48
Ármann	8.umf.	Ármann	Höttur	Þór	10:39	10:46	11:56

Sunnudagur 17. maí

Meistaraflokkur

Almenn upphitun	14:15
Upphitun á áhöldum	14:45
Dómarafundur	15:15
Innmars	15:55
Keppni hefst	16:00
Keppni lýkur	17:06
Verðlaunaafhending	17:09



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Selfoss	1.umf.	Selfoss	Gerpla	Stjarnan kvk	14:45	14:55	16:00
Gerpla	2.umf.	Stjarnan kk	Afturelding	ÍA	14:55	15:05	16:11
Stjarnan kvk	3.umf.	Stjarnan kvk	Selfoss	Gerpla	15:05	15:15	16:22
Stjarnan kk	4.umf.	ÍA	Stjarnan kk	Afturelding	15:15	15:25	16:33
Afturelding mix	5.umf.	Gerpla	Stjarnan kvk	Selfoss	15:25	15:35	16:44
ÍA	6.umf.	Afturelding	ÍA	Stjarnan kk	15:35	15:45	16:55