

Íslandsmót í hópþímeikum og stökkþímei

24. - 26. maí

Íþróttahúsið Seltjarnarnesi

Föstudagur 24. maí

Meistaraflokkur

Þjálfarafundur	15:45
Almenn upphitun	15:45
Upphitun á áhöldum	16:15
Yfirdómarafundur	16:25
Dómarafundur	16:30
Innmars	17:25
Keppni hefst	17:30
Keppni lýkur	18:36
Verðlaunaafhending	18:39



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Gerpla kvk	1.umf.	Gerpla kvk	Selfoss	ÍA	16:15	16:25	17:30
Selfoss	2.umf.	Grótta	Gerpla mix	Stjarnan	16:25	16:35	17:41
ÍA	3.umf.	ÍA	Gerpla kvk	Selfoss	16:35	16:45	17:52
Grótta	4.umf.	Stjarnan	Grótta	Gerpla mix	16:45	16:55	18:03
Gerpla mix	5.umf.	Selfoss	ÍA	Gerpla kvk	16:55	17:05	18:14
Stjarnan	6.umf.	Gerpla mix	Stjarnan	Grótta	17:05	17:15	18:25

Laugardagur 25. maí

3.flokkur B deild

Almenn upphitun	08:00
Upphitun á áhöldum	08:20
Yfirdómarafundur	08:25
Dómarafundur	08:30
Innmars	09:25
Keppni hefst	09:30
Keppni lýkur	10:50
Verðlaunaafhending	10:53



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Ármann	1.umf.	Ármann	Selfoss	ÍA vatnsmelónur	08:20	08:27	09:30
Selfoss	2.umf.	Gerpla	Stjarnan	ÍA apríkósur	08:27	08:34	09:40
ÍA vatnsmelónur	3.umf.	ÍA sítrónur	Höttur	Selfoss	08:34	08:41	09:50
Gerpla	4.umf.	ÍA vatnsmelónur	Ármann	Stjarnan	08:41	08:48	10:00
Stjarnan	5.umf.	ÍA apríkósur	Gerpla	Höttur	08:48	08:55	10:10
ÍA apríkósur	6.umf.	Selfoss	ÍA sítrónur	Ármann	08:55	09:02	10:20
ÍA sítrónur	7.umf.	Stjarnan	ÍA vatnsmelónur	Gerpla	09:02	09:09	10:30
Höttur	8.umf.	Höttur	ÍA apríkósur	ÍA sítrónur	09:09	09:16	10:40

Laugardagur 25. maí

3.flokkur A deild

Almenn upphitun	11:30
Upphitun á áhöldum	11:50
Yfirdómarafundur	12:00
Dómarafundur	12:05
Innmars	13:00
Keppni hefst	13:05
Keppni lýkur	14:35
Verðlaunaafhending	14:38



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Gerpla 2	1.umf.	Gerpla 2	Selfoss	Afturelding	11:50	11:57	13:05
Selfoss	2.umf.	Gerpla 1	Keflavík	Gróttan	11:57	12:04	13:15
Afturelding	3.umf.	Stjarnan	Höttur	Fjölnir	12:04	12:11	13:25
Gerpla 1	4.umf.	Afturelding	Gerpla 2	Selfoss	12:11	12:18	13:35
Keflavík	5.umf.	Gróttan	Gerpla 1	Keflavík	12:18	12:25	13:45
Gróttan	6.umf.	Fjölnir	Stjarnan	Höttur	12:25	12:32	13:55
Stjarnan	7.umf.	Selfoss	Afturelding	Gerpla 2	12:32	12:39	14:05
Höttur	8.umf.	Keflavík	Gróttan	Gerpla 1	12:39	12:46	14:15
Fjölnir	9.umf.	Höttur	Fjölnir	Stjarnan	12:46	12:53	14:25

Laugardagur 25. maí

1. flokkur og KKE

Almenn upphitun	15:10
Upphitun á áhöldum	15:30
Yfirdómarafundur	15:45
Dómarafundur	15:50
Innmars	16:45
Keppni hefst	16:50
Keppni lýkur	18:20
Verðlaunaafhending	18:23



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Afturelding mix	1.umf.	Afturelding mix	Stjarnan kke	Selfoss kvk	15:30	15:38	16:50
Stjarnan KKE	2.umf.	Stjarnan mix	Gerpla kke	Gerpla kvk	15:38	15:46	17:00
Selfoss kvk	3.umf.	Stjarnan kvk	Afturelding kke	Fjölirnir	15:46	15:54	17:10
Stjarnan mix	4.umf.	Selfoss kvk	Afturelding mix	Stjarnan kke	15:54	16:02	17:20
Gerpla KKE	5.umf.	Gerpla kvk	Stjarnan mix	Gerpla kke	16:02	16:10	17:30
Gerpla kvk	6.umf.	Fjölirnir	Stjarnan kvk	Afturelding kke	16:10	16:18	17:40
Stjarnan kvk	7.umf.	Stjarnan kke	Selfoss kvk	Afturelding mix	16:18	16:26	17:50
Afturelding KKE	8.umf.	Gerpla kke	Gerpla kvk	Stjarnan mix	16:26	16:34	18:00
Fjölirnir	9.umf.	Afturelding kke	Fjölirnir	Stjarnan kvk	16:34	16:42	18:10

Sunnudagur 26. maí

2.flokkur

Almenn upphitun	09:00
Upphitun á áhöldum	09:20
Yfirdómarafundur	09:35
Dómarafundur	09:40
Innmars	10:35
Keppni hefst	10:40
Keppni lýkur	12:20
Verðlaunaafhending	12:23



		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Selfoss mix	1.umf.	Selfoss mix	KA	Gerpla 1	09:20	09:27	10:40
KA	2.umf.	Ármann	ÍA	Gerpla 2	09:27	09:34	10:50
Gerpla 1	3.umf.	Höttur	Afturelding	Grótta	09:34	09:41	11:00
Ármann	4.umf.	Stjarnan	Selfoss mix	KA	09:41	09:48	11:10
ÍA	5.umf.	Gerpla 1	Ármann	ÍA	09:48	09:55	11:20
Gerpla 2	6.umf.	Gerpla 2	Höttur	Afturelding	09:55	10:02	11:30
Höttur	7.umf.	Grótta	Stjarnan	Selfoss mix	10:02	10:09	11:40
Afturelding	8.umf.	KA	Gerpla 1	Ármann	10:09	10:16	11:50
Grótta	9.umf.	ÍA	Gerpla 2	Höttur	10:16	10:23	12:00
Stjarnan	10.umf.	Afturelding	Grótta	Stjarnan	10:23	10:30	12:10

Sunnudagur 26. maí

Stökkfimi

Hópur 1		Hópur 2
Almenn upphitun	13:00	13:42
Upphitun á áhöldum	13:20	14:02
Dómarafundur	13:55	13:55
Innmars	14:50	14:50
Keppni hefst	14:55	15:48
Keppni lýkur	15:48	16:43
Verðlaunaafhending	16:45	16:45



Hópur 1		Gólf	Dýna	Trampólín	Upphitun		Keppni
Höttur	1.umf.	ÍA mix	Höttur	KA	13:20	13:27	14:55
KA	2.umf.	Þór mix	Fjölnir	Stjarnan	13:27	13:34	15:04
ÍA mix	3.umf.	KA	ÍA mix	Höttur	13:34	13:41	15:13
Fjölnir	4.umf.	Stjarnan	Þór mix	Fjölnir	13:41	13:48	15:22
Stjarnan	5.umf.	Höttur	KA	ÍA mix	13:48	13:55	15:31
Þór mix	6.umf.	Fjölnir	Stjarnan	Þór mix	13:55	14:02	15:40
Hópur 2							
ÍA kvk	8.umf.	ÍA kvk	Björk A	Rán	14:02	14:09	15:49
Björk A	9.umf.	ÍA kk	Björk B	Þór	14:09	14:16	15:58
Rán	10.umf.	Rán	ÍA kvk	Björk A	14:16	14:23	16:07
ÍA kk	11.umf.	Þór	ÍA kk	Björk B	14:23	14:30	16:16
Björk B	12.umf.	Björk A	Rán	ÍA kvk	14:30	14:37	16:25
Þór	13.umf.	Björk B	Þór	ÍA kk	14:37	14:44	16:34