



**Bikarmót íslenska Fimleikastigans
5. - 4. þrep karla
Laugabóli, Ármanni 11. mars 2018**

Sunnudagurinn 11. mars 2018

Hluti I

Mæting	08:20
Almenn upphitun	08:30
Þjálfarafundur	08:30
Dómarafundur	08:20
Innmars	08:50
Keppni hefst	09:00
keppni lýkur	11:48
Verðlaunaafhending	11:55
Áætluð mótslok	12:15

Hópar í 5. þrepi

Hópur 1:	Keflavík (4)	Gerpla 4 (6)
Hópur 2:	Gerpla 1 (6)	
Hópur 3:	Gerpla 2 (6)	
Hópur 4:	Gerpla 3 (6)	Gerpla G (3)
Hópur 5:	Björk (5)	
Hópur 6:	Ármann (6)	

Upphitun á áhöldum 6 mín á hóp

Umferð	Tími	Gólf	Bogi	Hringir	Stökk	Tvíslá	Svifrá
1	09:00	1	2	3	4	5	6
2	09:28	6	1	2	3	4	5
3	09:56	5	6	1	2	3	4
4	10:24	4	5	6	1	2	3
5	10:52	3	4	5	6	1	2
6	11:20	2	3	4	5	6	1

Hluti II

Mæting	12:20
Frjáls upphitun	12:30
Upphitun lokið	12:50
Þjálfarafundur	12:30
Dómarafundur	12:30
Innmars	13:00
Keppni hefst	13:10
keppni lýkur	15:28
Verðlaun	15:35
Áætluð mótslok	15:55

Hópar í 4. þrepi

Hópur1:	Björk (4)	Fylkir G (2)
Hópur2:	Ármann 1 (6)	
Hópur3:	Gerpla 1 (6)	
Hópur4:	Gerpla 2 (6)	
Hópur5:	Fimak 1 (6)	
Hópur6:	Ármann 2 (6)	

Upphitun á áhöldum 6 mín á hóp

Umferð	Tími	Gólf	Bogi	Hringir	Stökk	Tvíslá	Svifrá
1	13:10	1	2	3	4	5	6
2	13:33	6	1	2	3	4	5
3	13:56	5	6	1	2	3	4
4	14:19	4	5	6	1	2	3
5	14:42	3	4	5	6	1	2
6	15:05	2	3	4	5	6	1