

## DAGSKRÁ AMÍ 2024

**Hópur 1**  
strákar 11 ára & yngri  
stelpur 11 ára & yngri

Föstudagur f.h.
200 bak
50 skrið
100 bak
100 bringa
100 bringa
200 fjór
800 skrið
föstudagur e.h.
100 skrið
100 skrið
50 bak
200 bringa
400 fjór
4x50 skrið
4x100 skrið
4x100 fjór

**Hópur 2**  
strákar 12-13 ára  
stelpur 12-13 ára

Laugardagur f.h.
200 bringa
50 flug
100 bringa
200 flug
100 bak
400 skrið
400 skrið
laugardagur e.h.
200 skrið
200 skrið
100 skrið
100 flug
100 flug
4x50 fjór
4x50 fjór
4x100 skrið

**Hópur 3**  
strákar 14-15 ára  
stelpur 14-15 ára

Sunnudagur f.h.
100 fjór
100 fjór
200 fjór
50 bringa
200 bak
100 bak
4x50 skrið mix
4x50 skrið mix
4x50 skrið mix
10x50 skrið mix