



Stofnað 18 maí 1980

Íþróttafélag fatlaðra og þroskaheftra

Bogahlíð 18 105 Reykjavík

Opið Jólamót Aspar og Munins í frjálsum-íþróttum.
Sunnudaginn 13. desember í Laugardalshöll, Reykjavík.
Skráningar berist fyrir 06. Desember til olliks@simnet.is

Drög að dagskrá.

- Kl. 12.00 Upphitun, frjálssar
- Kl. 12.30 Keppni hefst, 60 m hlaup, karlar og konur, undankeppni
- Kl. 13.00 Langstökk, karlar og konur, undankeppni.
- Kl. 13.30 Úrslit 60 m hlaup, karlar og konur
- Kl. 14.00 Úrslit langstökk, karlar og konur
- Kl. 14.30 Keppni lokið
- Kl. 14.30 Verðlaunaafhending.

Athugið að tímasetningar geta breyst.