

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

**Dagur 1****100 m. úrslit.****Konur**

Kl: 19:00 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>13,18</b>	<b>-2,0</b>	11	Þórhildur Helga Guðjónsdóttir	92	Selfoss
5	2	<b>14,47</b>	<b>-2,0</b>	9	Sólveig Sara Samúelsdóttir	90	Selfoss
4	3	<b>14,63</b>	<b>-2,0</b>	37	Franziska Pálsdóttir	94	Selfoss
3	4	<b>14,73</b>	<b>-2,0</b>	58	Sólveig Helga Guðjónsdóttir	96	Selfoss
2	5	<b>14,93</b>	<b>-2,1</b>	56	Andrea Rós Marteinsdóttir	1996	Selfoss
1	6	<b>15,05</b>	<b>-2,0</b>	10	Theodóra Jóna Guðnadóttir	1994	Íprf.Dímon
0	7	<b>15,63</b>	<b>-2,1</b>	66	Margrét Sigurðardóttir	1993	Íprf.Dímon
0	8	<b>19,21</b>	<b>-2,1</b>	12	Hulda Sigurjónsdóttir	1985	Íprf.Dímon
			<b>-2,0</b>	29	Ingunn Harpa Bjarkadóttir	91	UMF.Vaka

**Spjótkest****Karlar**

Kl: 19:00 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>41,30</b>	53	Haraldur Einarsson	1987	UMF.Vaka
		(41,30- - - -)				
5	2	<b>40,76</b>	32	Bjarni Már Ólafsson	1991	UMF.Vaka
		(- - 40,76 - 40,16 - - 35,62)				
4	3	<b>39,85</b>	17	Björgvin Reynir Helgason	1982	Íprf.Dímon
		(36,40-35,34 - - 38,47 - 37,97 - 39,85)				
3	4	<b>35,20</b>	46	Ingólfur Guðjónsson	1988	UMF.Laugdæla
		(-31,10 - 32,12 - 34,48 - 29,16 - 35,20)				
2	5	<b>32,68</b>	3	Óli Jóhann Daníelsson	1960	Íprf.Dímon
		(-32,68 - - - - 29,37)				
1	6	<b>32,33</b>	48	Anton Kári Kárason	92	UMF.Laugdæla
		(31,14- - 32,33 - 28,97 - 30,06 - )				
0	7	<b>32,10</b>	7	Barði Páll Böðvarsson	1991	Selfoss
		(27,45-32,10 - 29,21 - - -)				
0	8	<b>30,77</b>	31	Tómas Karl Guðsteinsson	90	UMF.Vaka
		(-30,77 - 25,61 - 21,04 - -)				
0	9	<b>30,08</b>	50	Lárus Kjartansson	1978	UMF.Laugdæla
		(-26,55 - 30,08 - - -)				
0	10	<b>23,88</b>	34	Birgir Svanur Björgvinsson	93	Íprf.Dímon
		(-22,59 - 23,88 - - -)				
0	11	<b>20,37</b>	18	Ívar Örn Baldursson	91	Íprf.Dímon
		(18,48-20,37 - 20,16 - - -)				
			44	Hafþór Ingi Ragnarsson	1995	UMF.Hrunamanna
		(- - - - -)				
			52	Ásmundur Jónsson	1967	Selfoss
		(- - - - -)				
			15	Jóhann Erlingsson	1994	UMF.Laugdæla
		(- - - - -)				

**Hástökk****Karlar**

Kl: 19:00 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>1,85</b>	47	Aron Kárason	88	UMF.Laugdæla
		1,40/-;1,45/-;1,50/-;1,55/-;1,60/-;1,65/-;1,70/o;1,75/-;1,80/xo;1,85/o;1,90/xxx;				
5	2	<b>1,80</b>	17	Björgvin Reynir Helgason	1982	Íprf.Dímon
		1,40/-;1,45/-;1,50/-;1,55/-;1,60/o;1,65/-;1,70/o;1,75/o;1,80/o;1,85/x;1,90/xx;				
4	3	<b>1,75</b>	14	Hreinn Heiðar Jóhannsson	1992	UMF.Laugdæla
		1,40/-;1,45/-;1,50/-;1,55/-;1,60/o;1,65/xo;1,70/o;1,75/xxo;1,80/xxx;				
3	4	<b>1,70</b>	48	Anton Kári Kárason	92	UMF.Laugdæla
		1,40/o;1,45/-;1,50/o;1,55/o;1,60/o;1,65/o;1,70/o;1,75/xxx;				

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

2	5	<b>1,55</b>	16	Jakob Alf Arnarson	1994	UMF.Laugdæla
		1,40/o;1,45/o;1,50/o;1,55/xo;1,60/xxx;				
1	6	<b>1,45</b>	30	Ástþór Hermannsson	94	Íprf.Dímon
		1,40/xxo;1,45/xxo;1,50/xxx;				
			44	Hafþór Ingi Ragnarsson	1995	UMF.Hrunamanna
			63	Sigurjón Ragnarsson	93	Íprf.Garpur

**Prístökk Konur**

Kl: 19:20 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>10,75 -1,9</b>	8	Fjola Signý Hannesdóttir	1989	Selfoss	
		(óg v - 10,61 v - 10,66 v2,4 - 10,65 v1,4 - óg v - 10,75 v-1,9)					
5	2	<b>10,16</b>	13	Agnes Erlingsdóttir	1990	UMF.Laugdæla	
		(10,16 v - 10,12 v - 9,81 v0,3 - 10,08 v1,1 - v - v)					
4	3	<b>9,58 0,7</b>	11	Þórhildur Helga Guðjónsdóttir	92	Selfoss	
		(óg v - óg v - óg v - 9,58 v0,7 - v - v)					
3	4	<b>9,57</b>	9	Sólveig Sara Samúelsdóttir	90	Selfoss	
		(9,57 v - 9,36 v-3,4 - 9,31 v2,9 - 9,35 v - v - v)					
2	5	<b>9,30 -3,2</b>	62	Margrét Harpa Jónsdóttir	1993	Íprf.Garpur	
		(8,99 v - óg v - 9,30 v-3,2 - 9,10 v1,5 - 9,10 v-2,2 - óg v)					
1	6	<b>8,76 2,4</b>	56	Andrea Rós Marteinsdóttir	1996	Selfoss	
		(8,02 v - óg v - 7,95 v-2,5 - 7,53 v0,7 - 8,76 v2,4 - 8,55 v)					
			57	Birna Sigurlaugsdóttir	1996	Selfoss	
		(v - v - v - v - v - v)					

**100 m. úrslit. Karlar**

Kl: 19:20 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>11,94 -1,0</b>	53	Haraldur Einarsson	1987	UMF.Vaka	
5	2	<b>12,11 -1,0</b>	49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla	
4	3	<b>12,49 -1,0</b>	32	Bjarni Már Ólafsson	1991	UMF.Vaka	
3	4	<b>12,86 -1,0</b>	46	Ingólfur Guðjónsson	1988	UMF.Laugdæla	
2	5	<b>12,98 -2,3</b>	16	Jakob Alf Arnarson	1994	UMF.Laugdæla	
1	6	<b>13,13 -1,0</b>	14	Hreinn Heiðar Jóhannsson	1992	UMF.Laugdæla	
0	7	<b>13,20 -2,3</b>	44	Hafþór Ingi Ragnarsson	1995	UMF.Hrunamanna	
0	8	<b>13,74 -2,3</b>	31	Tómas Karl Guðsteinsson	90	UMF.Vaka	
0	9	<b>13,90 -2,3</b>	40	Þorkell Hólm Eyjólfsson	1991	Selfoss	
0	10	<b>13,99 -2,3</b>	7	Barði Páll Böðvarsson	1991	Selfoss	
0	11	<b>14,62 -1,0</b>	30	Ástþór Hermannsson	94	Íprf.Dímon	
0	12	<b>14,69</b>	25	Matthías Klith Harðarson	1991	Selfoss	

**Spjótkast Konur**

Kl: 19:30 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>43,75</b>	2	Vigdís Guðjónsdóttir	1975	SKEID
		(42,85-43,11 - 41,33 - 40,82 - 42,07 - 43,75)				
5	2	<b>30,12</b>	6	Anna Pálsdóttir	90	Selfoss
		(28,90-27,33 - 28,27 - 30,07 - 30,12 - )				
4	3	<b>24,26</b>	37	Franziska Pálsdóttir	94	Selfoss
		(19,26-24,11 - - 24,26 - - 21,27)				
3	4	<b>23,42</b>	56	Andrea Rós Marteinsdóttir	1996	Selfoss
		(- - - 23,42 - )				
2	5	<b>23,14</b>	27	Eva Þórisdóttir	93	Selfoss
		(17,65-21,70 - 23,14 - - 17,44 - 22,97)				
1	6	<b>22,43</b>	29	Ingunn Harpa Bjarkadóttir	91	UMF.Vaka
		(22,43-- 22,10 - 20,70 - 20,91 - )				

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

0	7	<b>17,26</b>	12	Hulda Sigurjónsdóttir	1985	Íprf.Dímon
		(17,26- - - 16,48 - - )				
0	8	<b>10,75</b>	64	Sigríður Sigurjónsdóttir	83	Íprf.Dímon
		(10,75-9,91 - 9,07 - - - 9,26)				

**400 m. Konur**

Kl: 19:40 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>1:04,09</b>		13	Agnes Erlingsdóttir	1990	UMF.Laugdæla
5	2	<b>1:07,29</b>		11	Þórhildur Helga Guðjónsdóttir	92	Selfoss
4	3	<b>1:10,89</b>		58	Sólveig Helga Guðjónsdóttir	96	Selfoss
3	4	<b>1:12,63</b>		23	Matthildur María Guðmundsdóttir	1990	UMF.Vaka
2	5	<b>1:14,86</b>		56	Andrea Rós Marteinsdóttir	1996	Selfoss
1	6	<b>1:20,03</b>		66	Margrét Sigurðardóttir	1993	Íprf.Dímon
0	7	<b>1:20,32</b>		41	Elín Björk Sigurjónsdóttir	94	Íprf.Dímon
0	8	<b>1:33,56</b>		65	Sara Hansen	1993	Íprf.Dímon

**Sleggjukast Karlar**

Kl: 19:40 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>35,11</b>		60	Haraldur Gísli Kristjánsson	73	Íprf.Garpur
		(32,32-34,56 - óg - 34,16 - 35,11 - óg)					
5	2	<b>20,52</b>		50	Lárus Kjartansson	1978	UMF.Laugdæla
		(19,90-19,79 - óg - 16,79 - 19,63 - 20,52)					
4	3	<b>20,28</b>		18	Ívar Örn Baldursson	91	Íprf.Dímon
		(óg-17,57 - 17,67 - 20,28 - 19,08 - 18,83)					
3	4	<b>19,58</b>		45	Kjartan Lárusson	1955	UMF.Laugdæla
		(13,52-14,31 - 19,57 - 17,94 - 18,94 - 19,58)					
2	5	<b>19,13</b>		46	Ingólfur Guðjónsson	1988	UMF.Laugdæla
		(-16,83 - 18,26 - 19,13 - 16,67 - 19,13)					
1	6	<b>19,05</b>		17	Björgvin Reynir Helgason	1982	Íprf.Dímon
		(- - 17,75 - 17,73 - 19,05 - óg)					
0	7	<b>18,87</b>		19	Ólafur Elí Magnússon	61	Íprf.Dímon
		(16,75-17,50 - óg - 18,87 - 18,84 - 18,39)					
0	8	<b>17,58</b>		34	Birgir Svanur Björgvinsson	93	Íprf.Dímon
		(16,12-16,76 - 17,58 - 13,75 - 17,45 - )					
0	9	<b>15,59</b>		35	Benóný Jónsson	1968	Íprf.Dímon
		(- - 15,59 - - - )					
0	10	<b>14,52</b>		63	Sigurjón Ragnarsson	93	Íprf.Garpur
		(óg-14,52 - óg - - - )					
		<b>37,15</b>		49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla
		(-34,60 - 37,15 - - - )					
				52	Ásmundur Jónsson	1967	Selfoss
		(- - - - - )					

**400 m. Karlar**

Kl: 20:00 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>53,47</b>		53	Haraldur Einarsson	1987	UMF.Vaka
5	2	<b>56,28</b>		38	Kristinn Þór Kristinsson	89	UMF.Samhygð
4	3	<b>1:04,20</b>		44	Hafþór Ingi Ragnarsson	1995	UMF.Hrunamanna
3	4	<b>1:07,27</b>		48	Anton Kári Kárason	92	UMF.Laugdæla
2	5	<b>1:12,73</b>		34	Birgir Svanur Björgvinsson	93	Íprf.Dímon
1	6	<b>1:21,41</b>		30	Ástþór Hermannsson	94	Íprf.Dímon
0	7	<b>1:36,01</b>		67	Einar Karl Héðinsson	1985	Íprf.Dímon
				17	Björgvin Reynir Helgason	1982	Íprf.Dímon

**Hástökk Konur**

Kl:

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

20:00		Dagur 1				
Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>1,55</b>	8	Fjóla Signý Hannesdóttir	1989	Selfoss
		1,15/-;1,20/-;1,25/-;1,30/-;1,35/-;1,40/-;1,45/xo;1,50/o;1,55/o;1,60/xxx;				
5	2	<b>1,50</b>	29	Ingunn Harpa Bjarkadóttir	91	UMF.Vaka
		1,15/-;1,20/-;1,25/o;1,30/o;1,35/o;1,40/o;1,45/o;1,50/xo;1,55/xxx;				
4	3	<b>1,45</b>	13	Agnes Erlingsdóttir	1990	UMF.Laugdæla
		1,15/-;1,20/-;1,25/o;1,30/o;1,35/o;1,40/xo;1,45/o;1,50/xxx;				
3	4	<b>1,40</b>	37	Franziska Pálsdóttir	94	Selfoss
		1,15/o;1,20/o;1,25/o;1,30/o;1,35/o;1,40/o;1,45/xxx;				
2	5	<b>1,40</b>	6	Anna Pálsdóttir	90	Selfoss
		1,15/-;1,20/-;1,25/o;1,30/o;1,35/o;1,40/xo;1,45/xxx;				
1	6	<b>1,20</b>	10	Theodóra Jóna Guðnadóttir	1994	Íþrf.Dímon
		1,15/o;1,20/o;1,25/xxx;				
0	7	<b>1,15</b>	23	Matthildur María Guðmundsdóttir	1990	UMF.Vaka
		1,15/o;1,20/xxx;				
			62	Margrét Harpa Jónsdóttir	1993	Íþrf.Garpur
			57	Birna Sigurlaugsdóttir	1996	Selfoss

**Sleggjukast****Konur**

Kl: 20:30 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>27,71</b>	2	Vigdís Guðjónsdóttir	1975	SKEIÐ
		(23,75-26,58 - 27,71 - óg - 24,15 - 27,49)				
5	2	<b>25,96</b>	6	Anna Pálsdóttir	90	Selfoss
		(23,03-25,96 - óg - 24,22 - óg - óg)				
4	3	<b>24,94</b>	26	Jóhanna Bríet Helgadóttir	92	Selfoss
		(óg-24,94 - 18,69 - 23,76 - 21,79 - 24,78)				
3	4	<b>20,79</b>	51	Margrét Harðardóttir	1975	UMF.Laugdæla
		(óg-óg - 18,42 - 20,79 - 19,66 - 20,09)				
2	5	<b>20,38</b>	9	Sólveig Sara Samúelsdóttir	90	Selfoss
		(18,53-20,12 - 20,29 - 20,38 - 19,95 - óg)				
1	6	<b>13,20</b>	12	Hulda Sigurjónsdóttir	1985	Íþrf.Dímon
		(7,77-10,81 - óg - 12,80 - 11,49 - 13,20)				

**Prístökk****Karlar**

Kl: 20:30 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>13,43</b>	<b>3,5</b>	49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla
		(13,00 v - 13,43 v3,5 - óg v - 13,14 v1,3 - 12,00 v1,5 - óg v)					
5	2	<b>12,77</b>	<b>0,8</b>	32	Bjarni Már Ólafsson	1991	UMF.Vaka
		(12,53 v2,5 - 12,77 v0,8 - 12,26 v0,2 - 12,64 v0,6 - óg v - óg v)					
4	3	<b>11,92</b>		14	Hreinn Heiðar Jóhannsson	1992	UMF.Laugdæla
		(óg v - óg v - 11,92 v - óg v - óg v - 11,33 v2,3)					
3	4	<b>11,38</b>	<b>2,7</b>	44	Hafþór Ingi Ragnarsson	1995	UMF.Hrunamanna
		(óg v - óg v - 11,38 v2,7 - óg v - óg v - óg v)					
2	5	<b>9,88</b>	<b>2,8</b>	31	Tómas Karl Guðsteinsson	90	UMF.Vaka
		(óg v - 9,35 v2,2 - 9,88 v2,8 - v - v - v)					

**1500 m.****Konur**

Kl: 20:30 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>5:38,13</b>	59	Sif Árnadóttir	1994	Selfoss
5	2	<b>6:06,26</b>	11	Þórhildur Helga Guðjónsdóttir	92	Selfoss
4	3	<b>6:18,16</b>	41	Elín Björk Sigurjónsdóttir	94	Íþrf.Dímon

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

3	4	<b>7:33,22</b>	66	Margrét Sigurðardóttir	1993	Íþrf.Dímon
2	5	<b>8:37,34</b>	65	Sara Hansen	1993	Íþrf.Dímon

**1500 m. Karlar**

Kl: 20:45 Dagur 1

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>4:32,95</b>	38	Kristinn Þór Kristinsson	89	UMF.Samhygð
5	2	<b>7:45,00</b>	68	Sigurður Borgar Ólafsson	95	Íþrf.Dímon
4	3	<b>8:06,00</b>	18	Ívar Örn Baldursson	91	Íþrf.Dímon
3	4	<b>9:09,10</b>	67	Einar Karl Héðinsson	1985	Íþrf.Dímon

**Dagur 2****100 m. grind. Konur**

Kl: 19:00 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>15,18</b>	<b>1,0</b>	8	Fjóla Signý Hannesdóttir	1989	Selfoss
5	2	<b>18,29</b>	<b>1,0</b>	13	Agnes Erlingsdóttir	1990	UMF.Laugdæla
4	3	<b>19,44</b>	<b>1,0</b>	9	Sólveig Sara Samúelsdóttir	90	Selfoss
3	4	<b>21,42</b>	<b>1,2</b>	10	Theodóra Jóna Guðnadóttir	1994	Íþrf.Dímon
2	5	<b>24,77</b>	<b>1,2</b>	20	Eyrún Elvarsdóttir	87	Íþrf.Dímon
			<b>1,0</b>	28	Elínborg Önundardóttir	93	Íþrf.Dímon

**Langstökk Karlar**

Kl: 19:00 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>6,21</b>	<b>1,4</b>	49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla
		(5,84 v0,2 - 6,21 v1,4 - 6,11 v0,3 - 5,87 v1,4 - 5,77 v2,0 - 6,07 v1,3)					
5	2	<b>6,14</b>	<b>0,6</b>	53	Haraldur Einarsson	1987	UMF.Vaka
		(5,96 v1,6 - 5,52 v0,3 - 6,14 v0,6 - óg v - 5,98 v0,6 - 6,14 v1,3)					
4	3	<b>5,92</b>	<b>2,1</b>	32	Bjarni Már Ólafsson	1991	UMF.Vaka
		(5,92 v2,1 - óg v - 5,86 v0,6 - 5,45 v1,6 - óg v - óg v)					
3	4	<b>5,83</b>	<b>0,7</b>	14	Hreinn Heiðar Jóhannsson	1992	UMF.Laugdæla
		(óg v - 5,58 v0,6 - óg v - 5,66 v1,2 - óg v - 5,83 v0,7)					
2	5	<b>5,35</b>	<b>1,1</b>	16	Jakob Alf Arnarson	1994	UMF.Laugdæla
		(5,08 v1,3 - 5,35 v1,1 - 5,33 v0,9 - 5,29 v1,0 - óg v - v)					
1	6	<b>4,89</b>	<b>1,0</b>	21	Jóhann Gunnar Böðvarsson	87	Íþrf.Dímon
		(4,89 v1,0 - 4,50 v1,0 - 4,69 v0,4 - 4,54 v1,5 - 4,59 v1,8 - 4,77 v1,1)					
0	7	<b>4,74</b>	<b>1,2</b>	31	Tómas Karl Guðsteinsson	90	UMF.Vaka
		(4,74 v1,2 - 4,63 v0,9 - 4,40 v1,4 - óg v - v - v)					
0	8	<b>4,55</b>	<b>0,0</b>	25	Matthías Klith Harðarson	1991	Selfoss
		(4,55 v0,0 - 4,32 v1,1 - óg v - 4,52 v1,3 - 4,48 v1,0 - 4,34 v1,0)					
0	9	<b>4,42</b>	<b>1,0</b>	40	Þorkell Hólm Eyjólfsson	1991	Selfoss
		(óg v - 4,42 v1,0 - óg v - v - v - v)					
				24	Hjalti Kristinsson	93	Íþrf.Dímon
					(v - v - v - v - v - v)		
				54	Rúnar Hjálmarsson	1987	UMF.Vaka
					(v - v - v - v - v - v)		

**Kringlukast 2,0 kg. Karlar**

Kl: 19:00 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>32,46</b>	46	Ingólfur Guðjónsson	1988	UMF.Laugdæla
		(31,72-32,46 - 29,44 - 31,60 - 31,16 - )				
5	2	<b>27,25</b>	32	Bjarni Már Ólafsson	1991	UMF.Vaka
		(27,25-27,05 - - - )				
4	3	<b>25,06</b>	50	Lárus Kjartansson	1978	UMF.Laugdæla

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

		(21,89-23,63 - - - 25,06 - 24,89)				
3	4	<b>24,95</b>	15	Jóhann Erlingsson	1994	UMF.Laugdæla
		(24,33-22,98 - 23,14 - 23,93 - 24,95 - 24,35)				
2	5	<b>19,10</b>	45	Kjartan Lárusson	1955	UMF.Laugdæla
		(-19,10 - 17,49 - - - )				
1	6	<b>18,72</b>	19	Ólafur Elí Magnússon	61	Íprf.Dímon
		(17,07-18,26 - 18,72 - - - )				
0	7	<b>18,29</b>	35	Benóný Jónsson	1968	Íprf.Dímon
		(- - 14,21 - - 17,25 - 18,29)				
0	8	<b>17,78</b>	21	Jóhann Gunnar Böðvarsson	87	Íprf.Dímon
		(-17,78 - - - - )				
0	9	<b>10,79</b>	69	Sveinn J Sveinsson	33	Selfoss
		(10,79- - - - - )				
		(- - - - - )	52	Ásmundur Jónsson	1967	Selfoss
		(- - - - - )	36	Stefán Geirsson	1981	UMF.Samhygð
		(- - - - - )	22	Stefán Jón Hrafnkelsson	88	Íprf.Dímon
		(- - - - - )	18	Ívar Örn Baldursson	91	Íprf.Dímon
		(- - - - - )	54	Rúnar Hjálmarsson	1987	UMF.Vaka
		(- - - - - )				

**Stangarstökk****Konur**

Kl: 19:00 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>2,20</b>	8	Fjóla Signý Hannesdóttir	1989	Selfoss
		1,50/o;1,70/o;1,90/xo;2,00/o;2,10/o;2,20/o;				
5	2	<b>2,10</b>	10	Theodóra Jóna Guðnadóttir	1994	Íprf.Dímon
		1,50/o;1,70/o;1,90/xo;2,00/o;2,10/o;2,20/xxx;				
4	3	<b>2,10</b>	20	Eyrún Elvarsdóttir	87	Íprf.Dímon
		1,50/o;1,70/o;1,90/o;2,00/xo;2,10/xxo;2,20/xxx;				
3	4	<b>2,0</b>	28	Elínborg Öunduradóttir	93	Íprf.Dímon
		1,50/o;1,70/o;1,90/xxo;2,00/xo;2,10/xxx;				

**110 m. grind.****Karlar**

Kl: 19:15 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>16,14</b>	1,1	49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla
5	2	<b>20,45</b>	1,1	14	Hreinn Heiðar Jóhannsson	1992	UMF.Laugdæla
4	3	<b>22,45</b>	1,1	16	Jakob Alf Arnarson	1994	UMF.Laugdæla
			1,1	24	Hjalti Kristinsson	93	Íprf.Dímon
			1,1	21	Jóhann Gunnar Böðvarsson	87	Íprf.Dímon
			1,1	54	Rúnar Hjálmarsson	1987	UMF.Vaka

**800 m.****Konur**

Kl: 19:30 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>2:35,49</b>	8	Fjóla Signý Hannesdóttir	1989	Selfoss
5	2	<b>2:35,79</b>	13	Agnes Erlingsdóttir	1990	UMF.Laugdæla
4	3	<b>2:44,88</b>	59	Sif Árnadóttir	1994	Selfoss
3	4	<b>3:06,41</b>	28	Elínborg Öunduradóttir	93	Íprf.Dímon
2	5	<b>3:14,57</b>	20	Eyrún Elvarsdóttir	87	Íprf.Dímon

**Kringlukast 1,0 kg.****Konur**

Kl: 19:30 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
------	------	---------	-------	------	------	-------

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

6	1	<b>32,34</b>	2	Vigdís Guðjónsdóttir	1975	SKEID
		(32,18-30,60 - 28,99 - 30,98 - - 32,34)				
5	2	<b>29,44</b>	6	Anna Pálsdóttir	90	Selfoss
		(- - 24,52 - 29,44 - - 28,79)				
4	3	<b>22,31</b>	61	Hallfríður Ósk Aðalsteinsdóttir	1980	UMF.Vaka
		(19,48- - 21,52 - 20,35 - 20,37 - 22,31)				
3	4	<b>21,48</b>	27	Eva Þórisdóttir	93	Selfoss
		(16,68-19,59 - 15,97 - 21,48 - 17,87 - 20,15)				
2	5	<b>20,99</b>	51	Margrét Harðardóttir	1975	UMF.Laugdæla
		(-17,48 - 20,00 - - 20,99 - )				
1	6	<b>20,95</b>	26	Jóhanna Bríet Helgadóttir	92	Selfoss
		(18,74-8,18 - 20,95 - 19,34 - - )				
0	7	<b>19,82</b>	12	Hulda Sigurjónsdóttir	1985	Íprf.Dímon
		(-18,48 - 18,24 - 18,04 - 16,84 - 19,82)				
0	8	<b>18,78</b>	29	Ingunn Harpa Bjarkadóttir	91	UMF.Vaka
		(17,91-18,78 - 16,41 - - - )				
0	9	<b>16,50</b>	23	Matthildur María Guðmundsdóttir	1990	UMF.Vaka
		(15,56-15,82 - 16,50 - - - )				
0	10	<b>15,82</b>	55	Fanney Ólafsdóttir	1980	UMF.Vaka
		(15,82- - - - - )				
0	11	<b>11,82</b>	64	Sigríður Sigurjónsdóttir	83	Íprf.Dímon
		(11,82-11,55 - - - - )				
			28	Elínborg Ölundardóttir	93	Íprf.Dímon
		(- - - - - )				

**800 m.****Karlar**

Kl: 19:45 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>2:03,94</b>	38	Kristinn Þór Kristinsson	89	UMF.Samhygð
5	2	<b>2:39,00</b>	70	Kristófer Rúnar Ólafsson	1997	UMF.Laugdæla
4	3	<b>2:52,58</b>	31	Tómas Karl Guðsteinsson	90	UMF.Vaka
3	4	<b>3:10,69</b>	30	Ástþór Hermannsson	94	Íprf.Dímon
			24	Hjalti Kristinsson	93	Íprf.Dímon
			47	Aron Kárason	88	UMF.Laugdæla
			54	Rúnar Hjálmarsson	1987	UMF.Vaka

**Stangarstökk****Karlar**

Kl: 19:45 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>3,10</b>	53	Haraldur Einarsson	1987	UMF.Vaka
		1,70/-;1,90/-;2,10/-;2,50/o;2,70/o;2,80/o;2,90/xo;3,00/xxo;3,10/xxx;				
5	2	<b>3,0</b>	32	Bjarni Már Ólafsson	1991	UMF.Vaka
		1,70/-;1,90/-;2,10/-;2,50/xo;2,70/xo;2,80/xxo;2,90/o;3,00/o;3,10/xxx;				
4	3	<b>2,80</b>	21	Jóhann Gunnar Böðvarsson	87	Íprf.Dímon
		1,70/-;1,90/-;2,10/-;2,50/xo;2,70/o;2,80/o;2,90/xx;				
3	4	<b>1,90</b>	30	Ástþór Hermannsson	94	Íprf.Dímon
		1,70/o;1,90/o;2,10/xxx;				
2	5	<b>1,90</b>	19	Ólafur Elí Magnússon	61	Íprf.Dímon
		1,70/o;1,90/xo;2,10/xx;				
			24	Hjalti Kristinsson	93	Íprf.Dímon
			22	Stefán Jón Hrafnkelsson	88	Íprf.Dímon

**Kúluvarp 7,26 kg.****Karlar**

Kl: 19:45 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>12,48</b>	49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla

**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

		(12,48-12,41 - óg - 12,23 - 12,43 - )			
5	2	<b>11,35</b>	46	Ingólfur Guðjónsson	1988 UMF.Laugdæla
		(10,89-10,36 - 11,35 - 10,21 - 10,37 - 10,70)			
4	3	<b>10,77</b>	50	Lárus Kjartansson	1978 UMF.Laugdæla
		(9,41-10,11 - 10,77 - óg - 10,74 - )			
3	4	<b>10,38</b>	21	Jóhann Gunnar Böðvarsson	87 Íprf.Dímon
		(10,38-9,40 - 9,69 - - - )			
2	5	<b>9,25</b>	14	Hreinn Heiðar Jóhannsson	1992 UMF.Laugdæla
		(9,18-8,96 - 8,53 - 9,25 - - 8,62)			
1	6	<b>8,57</b>	15	Jóhann Erlingsson	1994 UMF.Laugdæla
		(8,11-8,56 - 8,57 - - 7,61 - )			
0	7	<b>7,92</b>	45	Kjartan Lárusson	1955 UMF.Laugdæla
		(7,60-7,51 - 7,92 - 7,36 - 7,47 - 7,46)			
0	8	<b>7,36</b>	19	Ólafur Elí Magnússon	61 Íprf.Dímon
		(7,36-7,23 - - - - )			
0	9	<b>7,34</b>	40	Þorkell Hólm Eyjólfsson	1991 Selfoss
		(6,87-7,34 - 7,33 - - - )			
			52	Ásmundur Jónsson	1967 Selfoss
		(- - - - - )			
			36	Stefán Geirsson	1981 UMF.Samhygð
		(- - - - - )			
			22	Stefán Jón Hrafnkelsson	88 Íprf.Dímon
		(- - - - - )			
			18	Ívar Örn Baldursson	91 Íprf.Dímon
		(- - - - - )			
			54	Rúnar Hjálmarsson	1987 UMF.Vaka
		(- - - - - )			

**Langstökk****Konur**

Kl: 19:45 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>5,04 1,2</b>		8	Fjóla Signý Hannesdóttir	1989	Selfoss
		(óg v - 4,96 v0,9 - 4,73 v0,8 - 5,00 v2,2 - 5,04 v1,2 - óg v)					
5	2	<b>4,67 0,9</b>		9	Sólveig Sara Samúelsdóttir	90	Selfoss
		(4,67 v0,9 - 4,46 v0,0 - 4,45 v1,0 - 4,58 v2,0 - 4,01 v1,6 - 4,36 v1,9)					
4	3	<b>4,52 1,9</b>		29	Ingunn Harpa Bjarkadóttir	91	UMF.Vaka
		(4,36 v1,7 - 4,11 v0,6 - 4,31 v1,0 - 4,33 v1,2 - 4,24 v0,6 - 4,52 v1,9)					
3	4	<b>4,38 1,0</b>		37	Franziska Pálsdóttir	94	Selfoss
		(4,19 v0,8 - 4,38 v1,0 - 4,13 v1,3 - 3,90 v1,1 - óg v - 3,85 v2,0)					
2	5	<b>4,34 1,1</b>		11	Þórhildur Helga Guðjónsdóttir	92	Selfoss
		(v - 4,0 v0,9 - 4,34 v1,1 - óg v - 4,07 v2, - óg v)					
1	6	<b>4,13 2,1</b>		10	Theodóra Jóna Guðnadóttir	1994	Íprf.Dímon
		(3,53 v1,4 - 2,81 v0,5 - 4,00 v0,6 - óg v - óg v - 4,13 v2,1)					
0	7	<b>3,83 1,5</b>		23	Matthildur María Guðmundsdóttir	1990	UMF.Vaka
		(3,62 v0,9 - 3,74 v1,1 - 3,47 v1,2 - 3,36 v1,2 - 3,83 v1,5 - 3,57 v1,6)					
0	8	<b>3,59 1,0</b>		6	Anna Pálsdóttir	90	Selfoss
		(3,59 v1,0 - 3,49 v0,5 - 3,56 v0,9 - óg v - 3,14 v1,3 - óg v)					
0	9	<b>3,41 1,7</b>		20	Eyrún Elvarsdóttir	87	Íprf.Dímon
		(óg v - 3,41 v1,7 - óg v - v - v - v)					
0	10	<b>2,49 1,1</b>		12	Hulda Sigurjónsdóttir	1985	Íprf.Dímon
		(2,49 v1,1 - 2,45 v1,1 - 2,49 v1,5 - v - v - v)					

**200 m. úrslit****Konur**

Kl: 20:00 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>26,77 1,1</b>		11	Þórhildur Helga Guðjónsdóttir	92	Selfoss
5	2	<b>29,67 1,1</b>		13	Agnes Erlingsdóttir	1990	UMF.Laugdæla
4	3	<b>29,84 1,1</b>		9	Sólveig Sara Samúelsdóttir	90	Selfoss
3	4	<b>29,85 0,9</b>		37	Franziska Pálsdóttir	94	Selfoss



**Úrslit**  
**Héraðsmót HSK**  
**23.-24.6.2009**  
**Laugarvatn**

2	5	<b>30,20</b>	1,1	58	Sólveig Helga Guðjónsdóttir	96	Selfoss
1	6	<b>31,05</b>	0,9	23	Matthildur María Guðmundsdóttir	1990	UMF.Vaka
0	7	<b>31,69</b>	0,9	10	Theodóra Jóna Guðnadóttir	1994	Íprf.Dímon
0	8	<b>31,95</b>	0,9	28	Elínborg Öunduradóttir	93	Íprf.Dímon
			1,1	20	Eyrún Elvarsdóttir	87	Íprf.Dímon

**200 m. úrslit****Karlar**

Kl: 20:10 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	Vindur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>23,94</b>	1,1	53	Haraldur Einarsson	1987	UMF.Vaka
5	2	<b>24,36</b>	1,1	49	Ólafur Guðmundsson	1969	UMF.Laugdæla
4	3	<b>26,21</b>	1,1	46	Ingólfur Guðjónsson	1988	UMF.Laugdæla
3	4	<b>29,75</b>	1,0	30	Ástþór Hermannsson	94	Íprf.Dímon
2	5	<b>31,16</b>	1,0	70	Kristófer Rúnar Ólafsson	1997	UMF.Laugdæla
1	6	<b>40,77</b>	1,0	68	Sigurður Borgar Ólafsson	95	Íprf.Dímon
			1,1	24	Hjalti Kristinsson	93	Íprf.Dímon
			1,1	47	Aron Kárasón	88	UMF.Laugdæla
			1,1	22	Stefán Jón Hrafnkelsson	88	Íprf.Dímon
			1,1	21	Jóhann Gunnar Böðvarsson	87	Íprf.Dímon
			1,1	54	Rúnar Hjálmarsson	1987	UMF.Vaka

**5000 m.****Karlar**

Kl: 20:20 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>18:19,70</b>	38	Kristinn Þór Kristinsson	89	UMF.Samhygð
	2	<b>18:22,97</b>	71	Þorsteinn Magnússon	1976	ÍR
5	3	<b>18:59,05</b>	5	Ingvar Garðarsson	58	SKEID

**Kúluvarp 4,0 kg.****Konur**

Kl: 20:30 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>9,57</b>	6	Anna Pálsdóttir	90	Selfoss
		(óg-9,29 - óg - 9,36 - 9,57 - 8,96)				
5	2	<b>9,53</b>	61	Hallfríður Ósk Aðalsteinsdóttir	1980	UMF.Vaka
		(9,53-8,81 - 7,79 - 8,56 - 8,81 - 8,64)				
4	3	<b>9,35</b>	27	Eva Þórisdóttir	93	Selfoss
		(7,06-8,10 - 8,09 - 9,07 - 9,09 - 9,35)				
3	4	<b>8,80</b>	51	Margrét Harðardóttir	1975	UMF.Laugdæla
		(8,20-8,32 - 8,50 - 8,35 - 8,80 - 8,69)				
2	5	<b>8,25</b>	37	Franziska Pálsdóttir	94	Selfoss
		(8,25-8,11 - 7,81 - 7,80 - - )				
1	6	<b>7,85</b>	29	Ingunn Harpa Bjarkadóttir	91	UMF.Vaka
		(6,68-7,53 - 7,38 - 7,53 - 7,85 - 7,30)				
0	7	<b>7,54</b>	12	Hulda Sigurjónsdóttir	1985	Íprf.Dímon
		(7,00-7,54 - 7,36 - 6,98 - - )				
0	8	<b>7,06</b>	26	Jóhanna Bríet Helgadóttir	92	Selfoss
		(7,06-óg - óg - - - )				
0	9	<b>5,83</b>	23	Matthildur María Guðmundsdóttir	1990	UMF.Vaka
		(5,48-5,83 - 5,53 - - - )				
0	10	<b>5,45</b>	64	Sigríður Sigurjónsdóttir	83	Íprf.Dímon
		(5,21-5,25 - 5,45 - - - )				

**4\*100 m. boðhl.****Karlar**

Kl: 21:00 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	<b>48,79</b>	0	Þjótandi		UMF.Vaka
5	2	<b>50,10</b>	0	Laugdælir		UMF.Laugdæla

4	3	Hreinn Heiðar Jóhan Ingólfur Guðjónsson Aron Kárason Ólafur Guðmundsson	62,21	0 Dímon-A	Íprf.Dímon
				0 Sveit Selfoss	Selfoss

---

**4\*100 m. boðhl.**

**Konur**

Kl: 21:15 Dagur 2

Stig	Sæti	Árangur	K.nr.	Nafn	F.ár	Félag
6	1	55,33	0	Sveit Selfoss		Selfoss
		Fjóla Signý Hannesd		Sólveig Sara Samúels Þórhildur Helga Guðj Franziska Pálsdóttir		
5	2	65,46	0	Dímon		Íprf.Dímon
			0	B-sveit Selfoss		Selfoss
			0	Þjótandi		UMF.Vaka

---