

10. bekkur – sund haust 2019

Ágúst

- 22. Bringusund, tækni.
- 29. Skriðsund, tækni. Stunga

September

- 5. Baksund, tækni (blöðkur)
- 12. Flugsund og knattleikir
- 19. Bringusund, 600 m
- 26. Skriðsund, tækni (blöðkur)

Október

- 3. Baksund, tækni
- 10. Stöðvar: a) stunga b) marvaði c) kafsund
- 24. Bringusund og björgunarsund
- 31. Skriðsund og snúningur

Nóvember

- 8. Baksund, tækni (blöðkur)
- 15. Sundknattleikir (blak)
- 22. Úttekt á tækni sundaðferða
- 29. Bringusund og björgunarsund

Desember

- 6. Skriðsund, tækni
- 13. Pottatíminn mikli

- Bringusund 600m
- Skriðsund - stílsund
- Bringusund - stílsund
- Baksund – stílsund
- Kafsund - stílsund
- Björgunarsund með jafningja 25m