

# ÞRÍÞRAUTARDAGURINN 2016

3. JÚLÍ Í HAFNARFIRÐI

## HÁLFUR JÁRNMAÐUR

SUND 1900M - HJÓL 90KM - HLAUP 21,1KM

## ÓLYMPÍSKÞRAUT

SUND 1500 M - HJÓL 40KM - HLAUP 10 KM

## SPRETTÞRAUT

SUND 400 M - HJÓL 16KM - HLAUP 4 KM

## LÍÐAKEPPNI

LÍÐAKEPPNI Í ÖLLUM VEGALENGDUM

SKRÁNING OG NÁNARI UPPLÝSINGAR Á 3SH.IS



SAFFERAN

3SH

