

Talningarblað fyrir 400, 800 og 1500 m skriðsund í 50 m laug

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											

Grein	Riðill	Braut	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11	9	7	5	3 ♪	1
			100	200	300	400	500	600	700	800	900	1000	1100	1200	1300	1400	1500
			15	13	11	9	7	5	3 ♪	1							
			7	5	3 ♪	1											