

---

**Frá:** Gylfi Örn Gylfason [gylfi.orn.gylfason@gmail.com]

**Sent:** 9. september 2015 22:15

**Til:** Matthías Freyr Matthíasson

**Efni:** Hálfurjárnmaður

Sæll

Loksins er þetta að koma hjá mér. Málið er að við hjá 3SH höldum árlega keppni í hálfum jánmanni (1900m sund - 90km hjól - 21km hlaup) sem fer fram fyrstu helgina í júlí. Keppnin hefur verin haldinn síðan 2009, að mig minnir og hefur fjöldi keppenda aukist ár frá ári.

Ákveðið var í ár að auka fjölbreytti til að höfða til fleiri, stækkuðum keppnina og bættum við styttri keppni samhliða hálfá-jánmanninum. Það er svokölluð sprettþraut (400m sund - 16km hjól - 3km hjól). Í báðum keppnunum er boðið uppá liðakeppni ásamt einstaklingskeppni. Í liðakeppnum geta t.d. fjölskyldur, fyrirtæki, félagasamtök, vinahópar og svo frv. skipt með sér grein. Herbalife hefur stutt vel við keppnina síðastliðinn þrjú ár.

Það sem okkur í 3SH langar að gera er að færa keppnina niður í bæ. Þá er synt í Ásvallarlaug, hjólað á Krísuvíkurvegi og hólað niður að Hafnarkirkju. Síðan er hlaupið um bæinn (sjá mynd).

Við teljum ávinninga af ýmsum toga.

- Að Hafnarfjörður eigi sér íþróttaviðburð á móts við Reykjavíkumaraþonið.
- Styrkja ímynd Hafnarfjarðar sem íþróttabæ.
- Möguleiki að þróa fleiri viðburði tengda keppninni.

Vona að þetta sé eitthvað til að byrja með

Hér er linkur frá keppninni 2014

<https://www.youtube.com/watch?v=B9qRj-d9pEO>

Kveðja formaður 3SH Gylfi Örn Gylfason

[FYRIRVARI / DISCLAIMER](#)