



Áramót Fjölnis

Dagsetning: Fimmtudagur 28. des. 2017

Síðasti skráningardagur: Miðvikudagur 27. des. 2017

Staður: Laugardalshöll

Frjálsíþróttadeild Fjölnis býður til Áramóts Fjölnis sem haldið verður í Laugardalshöll, fimmtudaginn 28. desember 2017. Mótið hefst klukkan 17 og lýkur um klukkan 20.

Keppt verður í eftirtöldum greinum og flokkum:

60 m hlaup – karla og kvenna

200 m hlaup - karla og kvenna

400 m hlaup - karla og kvenna

800 m hlaup – karla og kvenna

1500 m hlaup – karla og kvenna

3000 m hlaup – karla og kvenna

Kúluvarp – kvenna 4 kg og stúlkna 14-17 ára 3 kg

Hástökk – karla og kvenna

Langstökk – karla og kvenna

Prístökk - karla

Stangarstökk – karla og kvenna

Ef einhver keppandi eða lið óskar eftir fleiri greinum – t.d. með bætingu eða met í huga, erum við opin fyrir því og sjálfsagt að skoða hvort við myndum þá setja inn þá grein ef næg þátttaka fæst (lágmark 3 í grein). Við áskiljum okkur rétt til þess að fella niður grein ef einungis 3 keppendur eða færri eru skráðir.

Við munum veita verðlaun fyrir fyrsta sætið í hverri grein/flokki og glæsilegan farandbikar sem viðurkenningu fyrir besta afrek mótsins skv. stigatöflu fullorðinna fyrir einstakar greinar.

Búið er að stofna mótið í mótaforrit FRÍ og opna fyrir skráningar. Endanlegur tímaseðill verður gefinn út á hádegi fimmtudaginn 28. des.

Þátttökugjald er kr. 1500.- á grein (hámark 4.500.-) og verða sendir út greiðsluseðlar á félögin eftir mótið.

Í hlaupum gilda tímar í riðlum til úrslita. Í langstökki og kúluvarpi eru 6 tilraunir á keppanda.

Nánari upplýsingar hjá Óskari Hlynssyni, oskarhlyns@simnet.is, sími 693 3026 og Þorgrími H. Guðmundssyni, toggi@vov.is, sími 8616131.

Með frjálsíþróttakveðju

f.h. mótsstjórnar,

Óskar Hlynsson og Þorgrímur H. Guðmundsson