

## Mótaskrá FRÍ 2013

### Innanhúss mót

		Staður	Land	kl.	Félag
<b>Janúar:</b>					
6.	HSK mót 11-22 ára (aldursfl_ungl.)	Laugardalshöll	Ísland	10:00-15:00	HSK
8.	Héraðsmót HSK fullorðnir dagur 1	Laugardalshöll	Ísland		HSK
12.	Reykjavíkurmestaramót 15 ára og eldri	Laugardalshöll	Ísland		ÍR
12.-13.	MÍ í fjölbrautum	Laugardalshöll	Ísland	13:00-17:00	
12.-13.	MÍ Öldunga	Laugardalshöll	Ísland	10:30-13:00	
15.	Héraðsmót HSK fullorðnir dagur 2	Laugardalshöll	Ísland		HSK
19.-20.	Reykjavík International - RIG	Laugardalshöll	Ísland		FRÍ/félög
26.-27.	Stórmót ÍR	Laugardalshöll	Ísland	08:00-18:00	ÍR
28.	Ávaxtamót ÚÍA, 10 ára og yngri	Fáskrúðsfirði	Ísland		ÚÍA
<b>Febrúar:</b>					
2.	11. Dussmann Indoor Meeting	Lux.-Kirchberg	Lúxemburg		
2. - 3.	MÍ 15 - 22 ára	Laugardalshöll	Ísland		
2. - 3.	Norska Meistaramótið	Haugesund	Noregur		
2.	EM í Víðavangshlaupum	Castellon	Spánn		
09. - 10.	MÍ aðalhluti	Laugardalshöll	Ísland		
16.	Bikarkeppni FRÍ	Laugardalshöll	Ísland		FRÍ/félög
15.-17.	Sænska Meistaramótið	Norrköping	Svíþjóð		
16.-17.	Finnska Meistaramótið	Jyvaskyla	Finnland		
23. - 24.	MÍ 11-14 ára	Laugardalshöll	Ísland		
23. - 24.	Danska Meistaramótið	Skive	Danmörk		
<b>Mars:</b>					
1. - 3.	Evrópumeistaramótið í frjálsum inni	Gautaborg	Svíþjóð		
2.	Hérðsleikar HSK 10 ára og yngri		Ísland		HSK
9. - 10.	Vetrarkastmót EAA	??	??		
17.	Páskaeggjamót ÚÍA, 11 ára og eldri	Norðfirði	Ísland		ÚÍA
19.-20.	Reykjavíkurmestaramót 11-14 ára.	Laugardalshöll	Ísland		Ármann
24.	Heimsmeistaramót í Víðavangshlaupum	Bydgoszcz	Pólandi		
<b>Apríl:</b>					
13.	Bogamót Akureyri	Boginn	Ísland	Allir flo.	UFA
25.	Víðavangshlaup ÍR	Reykjavík	Ísland		ÍR

## Mótaskrá FRÍ 2013

### Utanhúss

Maí:	Mót	Staður	Land	Klukkan	Félag
4.	NM - 10.000m		Svíþjóð		
4.	Skólaþríþraut FRÍ úrslitakeppni	Laugardalshöll	Ísland		FRÍ
10.	1. Demantamótið	Doha	Quatar		
11.	Víðavangshlaup Íslands		Ísland		
16.	Reykjavíkurmestarmót 10 ára og y.	Laugardalshöll	Ísland		Fjölpir
18.	Vormót HSK 1. mótaraðamótið	Selfossvöllur	Ísland	13:00	HSK
19.	2. Demantamótið	Shanghai	Kína		
25.	J.J. mót Ármanns 2. mótaraðamótið	Laugardalsvöllur	Ísland	14:00	Ármann
25.	3. Demantamótið	New York	USA		
25.-26.	HYPO- meeting í 10þraut og 7þraut	Götzis	Austurríki		
<b>Júní:</b>					
27.5-1.6.	Smáþjóðaleikar	Lúx.	Lúxemburg		
6.	4. Demantamótið	Róm	Ítalía		
6. ??	Vormót Fjölpir 11. - 14ára	Laugardalsvöllur	Ísland		Fjölpir
12./13.	Vormót ÍR, 3. mótaraðamótið	Laugardalsvöllur	Ísland	20:00	ÍR
8.	Evrópubíkar í 10.000 m hlaupi	Pravets	Búlgarí		
8. - 9.	NM unglínga 16-20 ára fjölþrautum		Svíþjóð		
7. - 9.	Landsmót UMFÍ 50+	Vík í Mýrdal	Ísland		USVS
13.	5. Demantamótið	Osló	Noregur		
15.	Aldursflokkamót HSK 11 - 14 ára	Þorlákshöfn	Ísland	10:00	HSK
15.	Héraðsleikar HSK 10 ára og yngri	Þorlákshöfn	Ísland	10:00	HSK
18. - 19.	Héraðsmót HSK fullorðina	Selfossvöllur	Ísland	19:00	HSK
22.-23.	MÍ 11-14 ára		Ísland		
22. - 23.	Evrópukeppni Landsliða (gamli EB)	Banská Bystrica	Slóvenía	3.deild	
24.	Miðnæturlaup á Jónsmessu	Grafarvogur	Ísland	21:00	
25.	FH mótið, 4 mótaraðamótið	Kaplakríki	Ísland		
25. - 26.	Reykjavíkurmestarmót 11-14ára	Laugardalsvöllur	Ísland		Ármann

27.	Akureyrarhlaup	Akureyri	Ísland	5,10,21km	UFA
28.	6. Demantamótið	París	Frakkland		
28.-30.	Gautaborgarleikar	Gautaborg	Svíþjóð		
28.-30.	Stórmót Gogga Galvaska	Mosfellsbær	Ísland		UMFA
29.-30.	EB Landsliða í fjölþrautum 2. deild	Ribeira Brava (Madeira)	Portúgal		
29.-30.	Mannheim Junior Gala	Mannheim	Þýskaland		
30.	7. Demantamótið	Birmingham	Bretland		
<b>Júlí:</b>					
4.	8. Demantamótið	Lausanne	Sviss		
4. - 7.	Landsmót UMFÍ	Selfoss	Ísland		HSK
10.	Ármannshlaupið	Reykjavík.	Ísland	20:00	Ármann
10. - 14.	HM unglunga 17 ára og yngri (16-17ára)	Donetsk	Ukraina		
11. - 14.	EM 20 - 22 ára og yngri	Tampere	Finnland		
13. - 14.	Sumarhátíð ÚÍA	Vilhjálmsvöllur	Ísland		ÚÍA
13. - 14.	Miðsumarmót HSK	Selfossvelli	Ísland		HSK
17.	Breiðabliksmótið, 5. mótaraðamótið.	Kópavogsvöllur	Ísland		Breiðablik
14. - 19.	Ólympíudagar æskunnar 17 ára og yngri	Utrecht	Holland		
18. - 21.	EM 19 ára og yngri	Rieti	Ítalía		
20.-21.	MÍ í fjölþrautum		Ísland		
19.	9. Demantamótið	Monaco	Mónakó		
23.	Unglingamót HSK 15 - 22 ára	Þorlákshöfn	Ísland	19:00	HSK
26.-27.	10. Demantamótið	London	Bretland		
27.-28.	MÍ Aðalhluti		Ísland		
?????	Gaflarinn hjá FH	Hafnarfjörður	Ísland		FH
<b>Ágúst:</b>					
2. - 5.	Unglingalandsmót UMFÍ	Höfn Hornafirði	Ísland		USÚ
10. - 11.	MÍ 15-22 ára		Ísland		
10. - 11.	MÍ Öldunga		Ísland		
10. - 18.	HM fullorðinna	Moskvu	Rússland		
17. - 18.	NM 19 ára og yngri		Finnland		
17. - 18.	Akureyrarmótið 6. mótaraðamótið.	Hamarsvöllur	Ísland		UFA

17. - 18.	MÍ í 5- og 10km á braut	Hamarsvöllur	Ísland		UFA
20. - 21.	Reykjavíkurmestarmót 15 ára og e.	Laugardalsvöllur	Ísland		ÍR
23.	11. Demantamótið	Stokkhólmur	Svíþjóð		
24.	Reykjavíkumaraþon	Reykjavík	Ísland	08:10	
25.	Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri		Ísland		
29.	12. Demantamótið	Zurich	Sviss		
30.-.31.8.	Bikarkeppni FRÍ 1. deild		Ísland		
September:					
6.	13. Demantamótið	Brussel	Belgía		
7.	Brúarhlaup Selfossi	Selfossi	Ísland		
8.	Kastþraut Óla Guðmunds	Selfossvöllur	Ísland		HSK
8.	Fjölþrautarmót 11 - 15 ára	Kópavogur	Ísland		Breiðablik
28.	Bronisleikar ÍR	Laugardalshöll	Ísland		ÍR
Október:					
16.	Reykjavíkurmestaramót 10 ára og y.	Laugardalshöll	Ísland		Fjölnir
Nóvember:					
9.	Bogamót Akureyri	Boginn	Ísland	Allir flo.	UFA
9.	NM í víðavangshlaupum		Ísland		
16.-17.	Silfurleikar ÍR	Laugardalshöll	Ísland		
Desember:					
8.	EM í víðavangshlaupum	Belgrad	SRB		
31.	Gamlárshlaup ÍR	Reykjavík	Ísland		ÍR
Rauðlitað: Meistarmót og Bikarkeppnir FRÍ tillaga					
Blálitað: mót, sem eru ákveðin.					
Svartlitað: önnur mót; tillaga að dagstetn.					
Mót á erlendri grundu sem eru ákveðinn					
Mótaraðamót í Mótaröð FRÍ					
Landsmót UMFÍ					