



Frjálsíþróttaráð HSK

Engjavegi 48, Selfossi - Sími 482 1189 - Fax 482 2909
Veffang: www.hsk.is

Selfoss 28. nóvember 2022

Sent til félaga og deilda innan frjálsíþróttaráðs HSK

Aldursflokkamót HSK í frjálsíþróttum innanhúss

Aldursflokkamót HSK 11-14 ára í frjálsum íþróttum innanhúss 2023 munu fara fram í Selfosshöllinni 8. janúar. 11-12 ára krakkarnir hefja keppni kl 10:00 og 13-14 ára krakkarnir kl 12:30.

Keppnisgreinar og flokkaskipting á aldursflokkamóti:

Stúlkur og piltar 11 ára: 60 m hlaup - hástökk - langstökk - kúluvarp.

Stúlkur og piltar 12, 13, 14 ára: 60 m hlaup - 60 m gr. hlaup - hástökk - langstökk - kúluvarp.

Hver árgangur keppir sér í flokki á aldursflokkamótinu.

Keppnisréttur og skráningar

Keppendum er ekki heimilt að keppa upp fyrir sig í aldri. Fjöldi þátttökugreina á hvern keppanda er ótakmarkaður.

Skráning fer fram á vef FRÍ, sjá mótaforritið Þór á heimasíðunni, www.fri.is Þjálfari eða forsvarsmaður hvers félags á að hafa aðgangsorð að síðunni. Þau félög sem hafa ekki fengið aðgang geta haft samband við formann frjálsíþróttaráðs og fengið aðgangorð. Kennitala þarf að fylgja hverjum keppanda.

Skráningarfrestur er til kl. 12:00 föstudaginn 6. janúar. Mótshaldari áskilur sér rétt til breytinga á tímaseðli ef skráning gefur tilefni til og munu allar breytingar koma fram á mótaforritinu fyrir kl 12:00 laugardaginn 7. janúar. Skráningargjald er 1500 kr á keppanda óháð fjölda keppnisgreina.

Skráningar á staðnum verða ekki leifðar, hvorki nýskráning keppenda né viðbót í greinar. Gestaskráning er ekki leifð á mótisdag. Gestaskráning keppenda úr öðrum félögum en aðildarfélögum HSK er ekki leyfð.

Verðlaun

Þrjú fyrstu í hverri grein fá verðlaunapening. Sú nýbreytni verður á mótinu að veittar verða viðurkenningar fyrir stigahæsta félag hvers flokks samtals í kk og kvk flokkum. S.s. stigahæsta félag 11 ára, stigahæsta félag 12 ára o.s.f. Að venju verður svo stigahæsta félag mótsins í heild sinni verðlaunað.

Stigakeppni félaga

Sex fyrstu í hverri grein fá stig fyrir sitt félag. 1. sæti gefur 6 stig, 2. sæti 5 stig o.s.fr. Verði félög jöfn að stigum sigrar það félag sem fleiri sigurvegara á á mótinu.

Starfsmenn félaga

Líkt og á síðasta ári á að leyfa foreldrum að fylgja sínum börnum í greinunum og bjóða sig fram til starfa í þeirri grein sem barnið er að keppa hverju sinni. Frjálsíþróttaráð mun útvega greinarstjóra. Við vonum að þetta mælist vel fyrir og foreldrar taki vel í að taka þátt í þessu með okkur.

Kærar kveðjur,

Guðmunda Ólafsdóttir,

Formaður frjálsíþróttaráðs HSK.