

Boðsbréf

1. Nike mót – FH - 04.01. 2024

Staður: Kaplakriki / frjálsíþróttahöll

Mótið hefst kl. 18:00

Tímaseðill, sjá mótaforrit FRÍ

Keppnisgreinar

Karla: 60m hl. – 200m hl. – 800m hl. – langstökk – hástökk - kúluvarp

Kvenna: 60m hl. – 200m hl. – 800m hl. – langstökk – hástökk – kúluvarp

Skráningargjald: Skráningargjald. 3000 kr. á grein

Skráning: Skráning fer fram á netskraning.is

Skráningarfrestur: Til miðnættis daginn fyrir mót

Yfirdómari : Sigurður Haraldsson

Upplýsingar veitir: Ragnheiður Ólafsdóttir netfang ragnheiduro@vidistadakoli.is

Fyrirkomulag Nike móta 2024

Fyrirkomulagið er þannig að veitt verða verðlaun við lok síðasta mótsins fyrir fjóra flokka greina karla og kvenna þ.e. **spretthlaup** (60 m, 200 m og 400 m), **millivegalengdahlauþ** (800 m, 1.500 m og 3.000 m), **stökkgreinar** (langstökk, þrístökk og hástökk) og **kastgreinar** (kúluvarp). Sá telst sigurvegari í hverjum flokki sem hlotið hefur samanlagt flest IAAF afreksstig úr tveimur mótum af þremur. Viðkomandi mun hljóta vegleg verðlaun frá Nike en auk þess munu verða veitt verðlaun eftir hvert mót fyrir stigahæsta afrek karla og kvenna. Í þriðja mótinu mun jafnframt verða keppt í sleggjukasti og kringlukasti en þær greinar munu ekki teljast með í stigakeppninni.

Boðsbréf

2. Nike mót – FH - 30.01. 2024

Staður: Kaplakriki / frjálsíþróttahöll

Mótið hefst kl. 18:00

Tímaseðill, sjá mótaforrit FRÍ

Keppnisgreinar

Karla: 60m hl. – 400m hl. – 1500m hl. – 60m gr. - þrístökk - kúluvarp

Kvenna: 60m hl. – 400m hl. – 1500m hl. 60m gr.– þrístökk – kúluvarp

Skráningargjald: Skráningargjald. 3000 kr. á grein

Skráning: Skráning fer fram á netskraning.is

Skráningarfrestur: Til miðnættis daginn fyrir mót

Yfirdómari : Sigurður Haraldsson

Upplýsingar veitir: Ragnheiður Ólafsdóttir netfang ragnheiduro@vidistadakoli.is

Fyrirkomulag Nike móta 2024

Fyrirkomulagið er þannig að veitt verða verðlaun við lok síðasta mótsins fyrir fjóra flokka greina karla og kvenna þ.e. **spretthlaup** (60 m, 200 m og 400 m), **millivegalengdahlauþ** (800 m, 1.500 m og 3.000 m), **stökkgreinar** (langstökk, þrístökk og hástökk) og **kastgreinar** (kúluvarp). Sá telst sigurvegari í hverjum flokki sem hlotið hefur samanlagt flest IAAF afreksstig úr tveimur mótum af þremur. Viðkomandi mun hljóta vegleg verðlaun frá Nike en auk þess munu verða veitt verðlaun eftir hvert mót fyrir stigahæsta afrek karla og kvenna. Í þriðja mótinu mun jafnframt verða keppt í sleggjukasti og kringlukasti en þær greinar munu ekki teljast með í stigakeppninni.

Boðsbréf

3. Nike mót – FH - 29.02 2024

Staður: Kaplakriki / frjálsíþróttahöll

Mótið hefst kl. 18:00

Tímaseðill, sjá mótaforrit FRÍ

Keppnisgreinar

Karla: 60m hl. – 200m hl. – 800m hl. – 3000m hl. - langstökk - hástökk - kúluvarp

Kvenna: 60m hl. – 200m hl. – 800m hl. - 3000m hl. – langstökk – hástökk - kúluvarp

Skráningargjald: Skráningargjald. 3000 kr. á grein

Skráning: Skráning fer fram á netskraning.is

Skráningarfrestur: Til miðnættis daginn fyrir mót

Yfirdómari : Sigurður Haraldsson

Upplýsingar veitir: Ragnheiður Ólafsdóttir netfang ragnheiduro@vidistadakoli.is

Fyrirkomulag Nike móta 2024

Fyrirkomulagið er þannig að veitt verða verðlaun við lok síðasta mótsins fyrir fjóra flokka greina karla og kvenna þ.e. **spretthlaup** (60 m, 200 m og 400 m), **millivegalengdahlauþ** (800 m, 1.500 m og 3.000 m), **stökkgreinar** (langstökk, þrístökk og hástökk) og **kastgreinar** (kúluvarp). Sá telst sigurvegari í hverjum flokki sem hlotið hefur samanlagt flest IAAF afreksstig úr tveimur mótum af þremur.

Viðkomandi mun hljóta vegleg verðlaun frá Nike en auk þess munu verða veitt verðlaun eftir hvert mót fyrir stígahesta afrek karla og kvenna. Í þriðja mótinu mun jafnframt verða keppt í sleggjukasti og kringlukasti en þær greinar munu ekki teljast með í stigakeppninni.