

Bikarkeppni FRÍ

Frjálsíþróttadeild FH býður til Bikarkeppni FRÍ. Mótið fer fram 17. mars í Kaplakrika.

1. Skráningar og skráningafrestur

Skráning liða sendist með tölvupósti á skrifstofa@fri.is í síðasta lagi mánudaginn 4. mars. Skráning keppenda fer fram í ÞÓR, mótaforriti FRÍ, og skal skila þeim inn eigi síðar en miðnætti mánudaginn 11. mars.

2. Skráningargjald

Skráningargjald er 51.500 kr. á hvert lið, með liði er átt við keppendur í kvenna- og karlaflokki. Til dæmis ef félag sendir tvö karlalið og eitt kvenna lið þá yrði gjaldið 103.000 kr.

3. Greiðslur og uppgjör

FRÍ innheimtir skráningagjöld vegna þátttöku á mótinu. Reikningar verða sendir til gjaldkera viðkomandi félaga og kröfur senda í banka. Vinsamlegast greiðið kröfuna en ekki með millifærslu.

4. Keppnisstaður og tímaseðill

Keppnin fer fram í Kaplakrika 17. mars. Drög að tímaseðli hafa verið birt í ÞÓR mótaforriti FRÍ.

5. Verkaskipting

Þau lið sem keppa á Bikar skipta greinum/verkefnum vegna mótsframkvæmdar á milli sín. Þegar fjöldi liða liggur fyrir, mun verkaskipting milli lið verða ákvörðuð. Einnig ber þátttökuliðum og stjórn FRÍ að tilnefna einn fulltrúa í yfirdómnefnd, fulltrúi stjórnar verður formaður yfirdómnefndar.

6. Keppnisgreinar

Keppnisgreinar eru samkvæmt reglugerð FRÍ:

Karlar:

60m, 400m, 1500m, 60m grind, 4x200m, þrístökk, hástökk og kúluvarp.

Konur:

60m, 400m, 1500m, 60m grind, 4x200m, langstökk, stangarstökk og kúluvarp.

7. Félagsbúningar, keppnisnúmer og afhending keppnisgagna

Keppendur skulu klæðast félagsbúningum sínum í mótinu og bera keppnisnúmer að framan, nema í stangarstökki og hástökki er leyfilegt að hafa númerið á baki. Keppnisgögn eru afhent á keppnisstað.

8. Nafnakall

Nafnakall fer fram í Call Room. Í tæknigreinum er nafnakall 20 mínútum áður en keppni hefst en í hlaupum 10 mínútum fyrir hlaup. Nafnakallið verður staðsett við innganginn í frjálsíþróttahúsið.

9. Stökk og köst

Dregið er fyrirfram um kast- og stökkroð. Allir keppendur frá 6 tilraunir og gert er ráð fyrir að allir keppendur fái tvo upphitunar köst/stökk.

10. Hlaup

Dregið er fyrirfram um röðun á brautir en skal vera tryggt að bestu keppendurnir keppi í sama riðli.

11. Byrjunarhæðir og hækkanir í stökkum

Karlar hástökk: 1,60 – 1,65 – 1,70 – 1,75 – 1,80 – 1,85 – 1,90 og svo um 3cm
Konur stangarstökk: 2,20 – 2,40 – 2,60 – 2,80 – 2,90 – 3,00 – 3,10 o.s.frv.

12. Afskráningar

Afskráningar fara fram í Call Room við nafnakall í hverri grein fyrir sig.

13. Kastáhöld

Keppendur sem óska eftir að keppa með eigin áhöldum skulu leggja þau inn til mælingar hjá mótstjórn í síðasta lagi 90 mínútum áður en greinin hefst. Þyngdir kastáhalda samkvæmt reglugerð FRÍ.

14. Stigakeppni

Þegar ljóst er hve mörg lið senda þátttakendur, skal ákvarða stigatölu þannig að fyrsti maður fái jafnmörg stig og þáttökuliðin eru mörg, annar maður einu stigi færri o. s. frv. Ef tveir eða fleiri keppendur eru jafnir í einhverri grein skulu stig skiptast jafnt á milli þeirra.

15. Verðlaun

Það lið, sem hlýtur flest stig hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari í frjálsíþróttum, innanhúss“. Það lið sem flest stig hlýtur í kvennagreinum, hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari kvenna í frjálsíþróttum, innanhúss“. Það lið sem flest stig hlýtur í karlagreinum hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari karla í frjálsíþróttum, innanhúss“. Engin einstaklingsverðlaun eru veitt, en hver þátttakandi í sigurliði hlýtur sérstaka viðurkenningu.

16. Mótstjórn

Mótstjóri: Tilnefndur af FH
Yfirdómari: Tilnefndur af FRÍ.

17. Áhorfendasvæði og keppnissvæði

Áhorfendapallar eru til vinstri þegar gengið er inn. Keppnissvæðið er eingöngu fyrir keppendur og starfsmenn, þjálfarar skulu halda sér utan keppnissvæðisins. Vakin er athygli á því að notkun síma er bönnuð á keppnissvæðinu.

18. Veitingasala

Veitingasala verður á ganginum fyrir framan innganginn í frjálsíþróttahúsið, á móti



lyftingarklefanum.

19. Frekari upplýsingar

Frekari upplýsingar veitir Íris Berg Bryde, verkefnastjóri mótamála FRÍ, iris@fri.is

Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri

Frjálsíþróttadeild FH býður til Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri. Mótið fer fram 17.mars í Kaplakrika.

1. Skráningar og skráningafrestur

Skráning liða sendist með tölvupósti á skrifstofa@fri.is í síðasta lagi mánudaginn 4. mars. Skráning keppenda fer fram í ÞÓR, mótaforriti FRÍ, og skal skila þeim inn eigi síðar en miðnætti mánudaginn 11. mars.

2. Skráningargjald

Skráningargjald er 31.500 kr. á hvert lið, með liði er átt við keppendur í stúlkna- og piltaflokki. Til dæmis ef félag sendir tvö pilta lið og eitt stúlkna lið þá yrði gjaldið 63.000 kr.

3. Greiðslur og uppgjör

FRÍ innheimtir skráningagjöld vegna þátttöku á mótinu. Reikningar verða sendir til gjaldkera viðkomandi félaga og kröfur senda í banka. Vinsamlegast greiðið kröfuna en ekki með millifærslu.

4. Keppnisstaður og tímaseðill

Keppnin fer fram í Kaplakrika 17. mars Drög að tímaseðli hafa verið birt í ÞÓR mótaforriti FRÍ.

5. Keppnisgreinar

Keppnisgreinar eru samkvæmt reglugerð FRÍ (bæði kyn):
60m, 60m grind, 300m, 1500m, 4x200m, kúluvarp, hástökk, langstökk.

6. Félagsbúningar, keppnisnúmer og afhending keppnisgagna

Keppendur skulu klæðast félagsbúningum sínum í mótinu og bera keppnisnúmer að framan, nema í stangarstökki og hástökki er leyfilegt að hafa númerið á baki. Keppnisgögn eru afhent á keppnisstað.

7. Nafnakall

Nafnakall fer fram í Call Room. Í tæknigreinum er nafnakall 20 mínútum áður en keppni hefst en í hlaupum 10 mínútum fyrir hlaup. Nafnakallið verður staðsett við innganginn í frjálsíþróttahúsið.

8. Byrjunarhæðir og hækkanir í stökkum

Hástökk stúlkna: 1,15 – 1,20 – 1,25 – 1,30 – 1,35 – 1,40 – 1,45 – 1,50 – 1,55 og svo 3cm.
Hástökk pilta: 1,20 – 1,25 – 1,30 – 1,35 – 1,40 – 1,45 – 1,50 – 1,55 – 1,60 og svo 3cm.

9. Afskráningar

Afskráningar fara fram í Call Room við nafnakall í hverri grein fyrir sig.

10. Stigakeppni

Pegar ljóst er hve mörg lið senda þátttakendur, skal ákvarða stigatölu þannig að fyrsti maður

fái jafnmörg stig og þáttökuliðin eru mörg, annar maður einu stigi færra o. s. frv. Ef tveir eða fleiri keppendur eru jafnir í einhverri grein skulu stig skiptast jafnt á milli þeirra.

11. Verðlaun

Það lið, sem hlýtur flest stig hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari í frjálsíþróttum 15 ára og yngri, innanhúss“. Það lið sem flest stig hlýtur í stúlkna greinum, hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari stúlkna í frjálsíþróttum 15 ára og yngri, innanhúss“. Það lið sem flest stig hlýtur í piltagreinum hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari pilta í frjálsíþróttum 15 ára og yngri, innanhúss“. Engin einstaklingsverðlaun eru veitt, en hver þátttakandi í sigurliði hlýtur sérstaka viðurkenningu.

12. Mótstjórn

Mótstjóri: Tilnefnd af FH

Yfirdómari: Tilnefndur af FRÍ.

13. Áhorfendasvæði og keppnissvæði

Áhorfendapallar eru til vinstri þegar gengið er inn. Keppnissvæðið er eingöngu fyrir keppendur og starfsmenn, þjálfarar skulu halda sér utan keppnissvæðisins. Vakin er athygli á því að notkun síma er bönnuð á keppnissvæðinu.

14. Veitingasala

Veitingasala verður á ganginum fyrir framan innganginn í frjálsíþróttahúsið, á mótí lyftingarklefanum.

15. Frekari upplýsingar

Frekari upplýsingar veitir Íris Berg Bryde, verkefnastjóri mótamála FRÍ, iris@fri.is