



Bónusmót FH

Bónusmót FH fer fram í Frjálssíþróttahúsinu í Kaplakrika laugardaginn 9.mars

Aldursflokkar og greinar:

- 7-8 ára stúlkur og piltar (2016-2017):** 60m, langstökk og 200m
- 9-10 ára stúlkur og piltar (2014-2015):** 60m langstökk og 400m
- 11 ára stúlkur og piltar (2013):** 60m, 400m, langstökk.
- 12 ára stúlkur og piltar (2012):** 60m, 400m, langstökk.
- 13 ára stúlkur og piltar (2011):** 60m, 400m, hástökk og kúluvarp.
- 14 ára stúlkur og piltar (2010):** 60m, 400m, hástökk og kúluvarp.
- 15 ára stúlkur og piltar (2009):** 60m, 400m, hástökk og kúluvarp
- 16 ára og eldri:** 60m hlaup, 1000m hlaup, 5000m hlaup.

Tímaseðill

Drög að tímaseðli verður settur á www.thor.fri.is

Endanlegur tímaseðill, endurskoðaður miðað við skráningar, verður sendur út í síðasta lagi kl 12:00, föstudaginn fyrir mót.

Skráning

Skráningafrestur er til miðnættis miðvikudagsins 6.mars. Skráning fer fram á netskraning.is. Ekki verður tekið við skráningum eftir að skráningarfresti lýkur.

Pátttökugjöld

Skráningargjald fyrir keppendur 7- 12 ára (2012-2016) eru 3000 krónur
Skráningargjald fyrir keppendur 13 ára og eldri (2011-) eru 4000 krónur

Verðlaun

Veitt eru verðlaun fyrir fyrstu þrjú sæti í hverri grein í hverjum flokki.

Keppnisaðstaða

Keppnin fer fram við frábærar aðstaður í Frjálssíþróttahúsinu í Kaplakrika. Í Frjálssíþróttahúsinu er góð aðstaða fyrir allar innanhússkeppnisgreinar frjálssra íþróttar.

Veitingar

Veitingasala er á keppnisdag og eru seldar flottar veitingar á sanngjörnu verði.

Tengiliður

Nánari upplýsingar um mótið veitir:

Arna Stefanía Guðmundsdóttir yfirþjálfari yngri flokka FH, arnastefania@gmail.com,
s. 8439964