

Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri

Frjálsíþróttadeild FH býður til Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri. Mótið fer fram 8. mars í Kaplakrika.

1. Skráningar og skráningafrestur

Skráning liða sendist með tölvupósti á skrifstofa@fri.is í síðasta lagi mánudaginn 23. febrúar. Skráning keppenda fer fram í [Roster](#), mótaforriti FRÍ, og ber að skila inn fyrir kl. 08:00 þriðjudaginn 3. mars, þau félög sem senda A og B lið skulu senda keppendalistan á skrifstofa@fri.is fyrir kl. 08:00 þriðjudaginn 3. mars. **Skráningargjald**

2. Skráningargjald

Skráningargjald vegna eins dags Bikarkeppni er 34.200 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 8. mars. Drög að tímaseðli hefur verið birtur í [Roster](#), 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 hægra megin þegar gengið er inn í frjálsíþróttahöllina.

8. Stökk, köst og hlaup

Allir keppendur fá fjórar tilraunir í kúluvarpi og langstökki. Gert er ráð fyrir að í upphitun fái allir keppendur tvær tilraunir hið minnsta í stökkum og köstum. Dregið verður fyrirfram um röðun á brautir og kast- og stökkröð. Í hlaupum skal tryggt að bestu keppendurnir keppi í sama riðli.

9. Byrjunarhæðir og hækkanir í stökkum

Óskað er eftir tillögum að byrjunarhæðum í stökkum frá þjálfurum þátttökuliða, tillögurnar skal senda á mótstjóra og skrifstofa@fri.is.

10. Afskráningar

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

11. Stigakeppni

Þegar ljóst er hve mörg lið senda þátttakendur, skal ákvarða stigatölu þannig að fyrsti maður fái jafnmörg stig og þátttökuliðin 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.

12. Verðlaun

Það lið, sem hlýtur flest stig hlýtur sæmdarheitið „Bikarmeistari í frjálsíþróttum 15 ára og yngri, innanhúss“. Það lið sem flest stig hlýtur í stúlnagreinum, 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.

13. Mótstjórn

Mótstjóri: Ragnheiður Ólafsdóttir
Yfirdómari: Eiríkur Mörk Valsson.

14. 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.

15. Veitingasala

Veitingasala verður á ganginum við innganginn inn í frjálsíþróttahöllina.

16. Frekari upplýsingar

Frekari upplýsingar veita mótstjóri og verkefnastjóri mótamála hjá FRÍ:
Mótstjóri: Ragnheiður Ólafsdóttir, ragnheiduro@vidistadaskoli.is, 698-5012.
Verkefnastjóri: Íris Berg Bryde, iris@fri.is.