

Meistaramót Íslands í eldri aldursflokkum

Frjálsípróttaráð HSK býður til Meistaramóts Íslands í eldri aldursflokkum utanhúss. Mótið fer fram 22.-23. ágúst á Selfossi.

1. Skráningar og skráningarfrestur

Skráning og greiðsla keppenda fer fram á netskraning.is.

Skráning er opin til kl. 10:00 föstudaginn 21. ágúst, eftir það verður ekki hægt að skrá keppendur í greinar.

2. Skráningargjald

Skráningargjald er kr. 2.300 á grein og kr. 4.500 á hverja boðhlaupssveit.

3. Keppnisstaður og tímaseðill

Keppnin fer fram á Selfossvelli dagana 22.-23. ágúst. Drög að tímaseðli verður birtur í [Roster](#), endanlegur tímaseðill verður birtur 20. ágúst.

4. Keppnisgreinar

Keppnisgreinar eru samkvæmt [reglugerð FRÍ](#).

5. Félagsbúningar, keppnisnúmer og afhending keppnisgagna

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

6. Nafnakall

Nafnakall fer fram í call room í höllinni. Í tæknigreinum er nafnakall 20 mínútum áður en keppni hefst, en í hlaupum 10 mínútum fyrir hlaup.

7. Stökk og köst

Í tæknigreinum eru þrjár tilraunir fyrir alla og þrjár til viðbótar fyrir þá átta með besta árangurinn eftir þriðju umferð. Í upphitum er gert ráð fyrir að allir keppendur fái tvær tilraunir hið minnsta.

8. Kastahöld

Keppendur sem óska eftir að keppa með eigin áhöld skulu leggja þau inn til mælingar hjá móstjórn, í tímatöku herberginu á annarri hæð í vallarhúsinu, í síðasta lagi 90 mínútum áður en greinin hefst. Þyngdir kastáhalda eru samkvæmt reglugerð FRÍ.

9. Hlaup

Raðað verður í riðla samkvæmt uppgefnum tímum í skráningu eða af handahófi ef ársbesti tími er ekki skráður.

10. Byrjunarhæðir og hækkanir í stökkum

Byrjunarhæði og hækkanir verða ákveðnar í nafnakalli.

11. Afskráningar

Afskráning fer fram á keppnisstað í hverri grein fyrir sig.

12. Verðlaun

Veitt eru verðlaun fyrir fyrstu þrjú sætin í hverri grein, gull, silfur og brons. Veitt eru verðlaun til þess liðs sem hlýtur flest samanlögð stig.

Veitt er sérstök viðurkenning til þeirra sem ná hæstri stigatölu fyrir afrek í flokki karla annars vegar og kvenna hins vegar samkvæmt reiknilíkani World Athletics.

Verðlaun pöntuð?

13. Stigakeppni

Stigakeppnin fer þannig fram að sigurvegari í hverri grein fær 6 stig og koll af kolli þannig að 6. sæti fær 1 stig.

14. Mótstjórn

Mótstjóri: Guðmunda Ólafsdóttir.

Yfirdómari: Tilnefndur af FRÍ.

15. Áhorfendasvæði og keppnissvæði

Áhorfendasvæði er allt svæði utan keppnissvæðis og annarra svæða sem notað er fyrir keppendur og starfsfólk. 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.

16. Veitingasala

Veitingasalan verður á svæðinu en hún verður staðsett við höllina..

17. Frekari upplýsingar

Frekari upplýsingar veita mótstjóri og verkefnastjóri mótamála hjá FRÍ:

Mótstjóri: Guðmunda Ólafsdóttir, gudmunda89@gmail.com.

Verkefnastjóri: Íris Berg Bryde, iris@fri.is, 661-6531.