

Meistaramót Íslands 11-14 ára

Frjálsíþróttafélag Borgarfjarðar býður til Meistaramóts Íslands 11-14 ára utanhúss. Mótið fer fram 15.-16. ágúst á Skallagrímsvelli.

1. Skráningar og skráningarfrestur

Skráning keppenda fer fram í [Roster](#), mótaforriti FRÍ. Vinsamlegast passið að nafn keppenda sé rétt skráð, þá fullt nafn (fornafn-millinafn-eftirnafn), sem og fæðingardagur.

Skráningum skal skila inn eigi síðar en á k. 23:59 [þriðjudaginn 11. ágúst](#). Hægt er að skrá keppendur þar til kl. 10 á fimmtudeginum 13. ágúst gegn þreföldu skráningargjaldi skv. reglum FRÍ og sendist sú skráning á [mótstjóra og skrifstofa@fri.is](mailto:motstjora@fri.is).

2. Skráningargjald

Skráningargjald fyrir fjölþraut í 11 og 12 ára flokkum er kr. 4.500.

Skráningargjald er kr. 2.300 á hverja grein í flokkum 13 og 14 ára, og kr. 3.500 fyrir boðhlaupsveit í öllum aldursflokkum.

3. Greiðslur og uppgjör

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

4. Keppnisstaður og tímaseðill

Keppnin fer fram á Skallagrímsvell í Borgarnesi dagana 15.-16. ágúst. Drög að tímaseðli er komin inn í [Roster](#).

5. Keppnisgreinar

Keppnisgreinar eru samkvæmt reglugerð FRÍ:

Pilta- og stúlknaflókkar 11-12 ára, fjölþrautarfyrirkomulag:

Fyrri dagur: 400m, langstökk og spjótkast.

Seinni dagur: 60m, hástökk, kúluvarp og 4x100m blandað boðhlaup.

Pilta- og stúlknaflókkar 13-14 ára

Fyrri dagur: 80m, 2000m, 300m grindahlaup, þristökk, hástökk og kúluvarp.

Seinni dagur: 300m, 800m, 80m grindahlaup, langstökk, spjótkast, kringlukast og 4x100m boðhlaup.

6. Félagsbúningar, keppnisnúmer og afhending keppnisgagna

Keppendur skulu klæðast félagsbúningum sínum í keppni 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 við hverja grein fyrir sig.

8. Stökk og köst

Í flokkum 11 og 12 ára fá allir keppendur fjórar tilraunir.

Í flokkum 13 og 14 ára fá allir keppendur þrjár tilraunir og átta bestu að loknum þremur umferðum fá þrjár tilraunir til viðbótar.

9. Hlaup

Í flokkum 11 og 12 ára er ekki hlaupið til úrslita heldur ein umferð hlaupin og tímar látnir gilda úr öllum riðlum.

Mæti fleiri en 24 keppendur til leiks í spretthlaupum í flokkum 13 og 14 ára skal hlaupa tvo úrslitariðla. Séu þeir færri skal eingöngu hlaupa einn úrslitariðil. Þeir keppendur sem ná 8 bestu tímum í undanrásum í spretthlaupum á mótinu taka sæti í A úrslitum, þeir sem ná 9.-16. bestu tímum hlaupa í B úrslitum, B úrslit skulu hlaupin á undan A úrslitum. Tímar ráða úrslitum óháð því í hvorum úrslitariðlinum keppandi hleypur.

10. Byrjunarhæðir í stökkum

Piltar hástökk:

11 ára: 80 - 90 - 97 - 1,02 - 1,07 - 1,12 - 1,17 - 1,22 - 1,27 - 1,32 og 3 cm úr því

12 ára: 90 - 1,00 - 1,07 - 1,12 - 1,17 - 1,22 - 1,27 - 1,32 - 1,37 og 3 cm úr því

13 ára: 1,06 - 1,16 - 1,21 - 1,26 - 1,31 - 1,36 - 1,41 - 1,46 og 3 cm úr því

14 ára: 1,26 - 1,31 - 1,36 - 1,41 - 1,46 - 1,51 - 1,56 - 1,61 - 1,66 og 3 cm úr því

Stúlkur hástökk:

11 ára: 80 - 90 - 97 - 1,02 - 1,07 - 1,12 - 1,17 - 1,22 - 1,27 - 1,32 og 3 cm úr

12 ára: 90 - 1,00 - 1,07 - 1,12 - 1,17 - 1,22 - 1,27 - 1,32 - 1,37 og 3 cm úr því

13 ára: 1,06 - 1,11 - 1,16 - 1,21 - 1,26 - 1,31 - 1,36 - 1,41 og 3 cm úr því

14 ára: 1,16 - 1,21 - 1,26 - 1,31 - 1,36 - 1,41 - 1,46 - 1,51 og 3 cm úr því

Óskir um breytingar á byrjunarhæðum og hækkunum skal senda á mótstjóra og skrifstofa@fri.is í síðasta lagi miðvikudaginn 12. ágúst.

11. Afskráningar

Afskráningar fara fram við hverja grein fyrir sig.

12. 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 eru samkvæmt reglugerð FRÍ.

13. Verðlaun

Sigurvegarar í fjölþrautum í flokkum 11 og 12 ára hljóta Íslandsmeistaratign. Í flokkum 11 og 12 ára hljóta tíu efstu í fjölþrautinni verðlaun eftir síðustu grein. Sigurvegari fjölþrautarinnar fær gull, sá sem verður í öðru sæti silfur og þriðja sæti brons. Þeir sem eftir standa fá verðlaunapening af annarri tegund. Ekki eru veitt verðlaun fyrir einstakar greinar eða boðhlaup.

Sigurvegari í hverri grein í flokkum 13 og 14 ára og þau félög sem sigrar í boðhlaupum skulu hljóta Íslandsmeistaratign.

Veita skal verðlaun til þess liðs sem hlýtur flest samanlögð stig í hverjum aldursflokki

fyrir sig. Einnig skal sæma það lið sem felst samalögð stig hlýtur í öllum flokkum sæmdarheitinu „Íslandsmeistari félagsliða 11-14 ára.“ Hér er því keppt um alls níu bikara, einn fyrir hvern aldursflokk og kyn og einn fyrir heildar sigurvegara. Athugið að verðlaun verða pöntuð daginn eftir að skráningu lýkur og verður pantað eftir skráningu.

14. Stigakeppni

Stigakeppnin fer þannig fram að sigurvegari í hverri grein fær 10 stig og koll af kolli þannig að 10. sæti fær 1 stig.

15. Mótstjórn

Mótstjóri: Unnur Jónsdóttir.

Yfirdómari: Tilnefndur af FRÍ.

16. 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.

17. Gisting

Boðið verður upp á gistingu í skóla, upplýsingar gefur Unnur Jónsdóttir á netfanginu unnurj03@gmail.com.

18. Veitingasala

Veitingasalan verður á staðnum.

19. Frekari upplýsingar

Frekari upplýsingar veita mótstjóri og verkefnastjóri mótamála hjá FRÍ:

Mótstjóri: Unnur Jónsdóttir, unnurj03@gmail.com, 846-5175.

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