



Frjálsíþróttaráð HSK
Engjavegi 48
800 Selfoss

Selfossi 5. desember 2025

Aldursflokkamót HSK í frjálsum íþróttum 11. janúar 2026

Aldursflokkamót HSK í frjálsum íþróttum verður haldið í Selfosshöllinni laugardaginn 11. janúar og hefst kl. 12:00. Tímaseðil mótsins má sjá á mótaforritinu Roster Athletics og verður sendur út þegar nær dregur.

Þátttökuréttur

Mótið er héraðsmót og er stigakeppni milli aðildarfélaganna sambandsins. Aðeins félagar í aðildarfélögum HSK geta skráð sig, safnað stigum og unnið héraðsmeistaratitil. Gestþátttaka er óheimil á mótinu. Aðeins keppendur sem verða 11-14 ára á árinu meiga taka þátt.

Keppnisgreinar

Stúlkur og piltar 11 ára: 60 m hlaup - hástökk - langstökk – kúluvarp.

Stúlkur og piltar 12, 13, 14 ára: 60 m hlaup - 60 m gr. hlaup - hástökk - langstökk - kúluvarp.

Hver árgangur keppir sér í flokki á aldursflokkamótinu.

Tímaseðill

Mótshaldari áskilur sér fullan rétt til breytinga á tímaseðli á mótsstað ef aðstæður og keppendafjöldi gefur tilefni til. Nafnakall fer fram á keppnisstað 10 mínútur fyrir keppni viðkomandi greinar. Forföll ber að tilkynna í upphafi hvers keppnisdags.

Skráningarfrestur og skráningarfyrirkomulag

Skráningarfrestur er til 24:00 föstudaginn 9. janúar og skal skrá beint inn á Roster Athletics, forriti sem tekur við af mótaforritinu Þór nú um áramótin. Nánari upplýsingar um hvernig félög geta skráð sig þar inn og skráð keppendur verða sendar á forsvarsmenn félaganna fyrir áramót. Reikningar fyrir skráningargjöldum verða sendir á félögin að móti loknu. Þátttökugjald er 1000 kr á keppanda, óháð fjölda keppnisgreina. Ekki verður tekið við skráningum eftir að skráningarfrestur rennur út.

Verðlaun

Þrjú fyrstu í hverri grein fá verðlaun, auk þess verða veitt verðlaun fyrir stigahæsta félag innan hvers aldursflokks og stigahæsta félag í heildarstigakeppninni.

Upplýsingar

Nánari upplýsingar veitir Guðmunda Ólafsdóttir mótsstjóri í síma 846-9775 eða gudmunda89@gmail.com.