



Frjálsíþróttaráð HSK
Engjavegi 48
800 Selfoss

Selfossi 5. desember 2025

Unglingamót HSK í frjálsum íþróttum 11. janúar 2026

Unglingamót HSK í frjálsum íþróttum verður haldið í Selfosshöllinni sunnudaginn 11. janúar og hefst kl 16:30. Tímaseðil mótsins má sjá á mótaforritinu Þór á síðu FRÍ.

Þátttökuréttur

Mótið er héraðsmót og er stigakeppni milli aðildarfélaga sambandsins. Aðeins félagar í aðildarfélögum HSK geta skráð sig, safnað stigum og unnið héraðsmeistaratitil. Gestaþátttaka er óheimil á mótinu. Aðeins keppendur sem verða 15-22 ára á árinu meiga taka þátt.

Keppnisgreinar

Stúlkur og piltar 15-22 ára: 60 m hlaup – 60 m gr. hlaup, hástökk - langstökk – kúluvarp.

Aldursflokkarnir eru eftirfarandi: 15 ára, 16-17 ára, 18-19 ára og 20-22 ára.

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 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. Þáttökugjald er 1000 kr á keppanda, óháð fjölda keppnisgreina. Ekki verður tekið við skráningum eftir að skráningarfrestur rennur út.

Verðlaun

Þrír fyrstu í hverri grein fá verðlaun, auk þess verða veitt verðlaun fyrir stigahæsta félag.

Upplýsingar

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