

Aðventumót Ármanns 2026

Fjölþrautarfjör fyrir 10-13 ára (fæðingarár 2013-2016),
laugardaginn 12. des í frjálsíþróttahöllinni í Laugardal.
Gleði og gaman.



5.-6. bekkur

08:30 - 08:59 Upphitun, afhending keppnisnúmera
09:00 - 10:30 Keppni í öllum greinum í fjölþraut
10:30 - 10:45 Verðlaunaafhending

7.-8. bekkur

10:30 - 10:59 Upphitun, afhending keppnisnúmera
11:00 - 12:30 Keppni í öllum greinum í fjölþraut
12:30 - 12:45 Verðlaunaafhending

Greinar í þrautinni

60m hlaup, langstökk, kúluvarp, 600m hlaup.

Keppnisfyrirkomulag

- Hópar fylgjast að í keppninni u.þ.b. 8-16 keppendur, hópstjóri og stuðningsfólk.
- Keppendur í 5.-6. bekk fá þrjár tilraunir í langstökki og kasta tvisvar sinnum tveimur köstum í kúluvarpi þar sem lengra kastið er mælt í hvort sinn.
- Keppendur í 7.-8. bekk fá fjórar tilraunir í kúluvarpi og langstökki.
- Allur hópurinn fylgir í allar greinar, jafnvel þó einhverjir velji að sleppa grein.

Verðlaun

Úrslit mótsins verða birt í framhaldi af mótinu á Roster mótaforritinu. Veitt verða verðlaun fyrir stigahæsta einstakling í hverjum árgangi af báðum kynjum auk þess sem þátttökupeningar verða fyrir 5.-6. bekk. Stig verða reiknuð þannig að sigurvegari í hverri grein fær 50 stig, sá næsti einu stigi færri og svo koll af kolli. Samanlögð stig úr öllum keppnisgreinum ráða úrslitum.

Skráning

Skráning á mótið fer fram á slóðinni www.netskraning.is.

Þátttökugjald er 3.000 kr pr. þátttakanda til miðnættis laugardaginn 5. desember. Eftir kl. 23.59 laugardaginn 5. desember og til 23.59 miðvikudaginn 9. desember er hægt að skrá gegn tvöföldu skráningargjaldi.

Fyrirspurnir sendist á orvar@frjalsar.is