

Unglingameistaramót Íslands, 15 – 22 ára, innanhúss Laugardalshöll 2. og 3. febrúar 2013

Frjálsíþróttadeild FH býður til mótsins

1. Skráningar:

Skráning keppenda fer fram í mótaforriti FRÍ. Skráningum skal skilað eigi síðar en á miðnætti **þriðjudaginn 29. janúar**. Hægt er að skrá þar til sólarhring fyrir mótið (kl. 10:00 föstud.1. febr.) gegn þreföldu skráningargjaldi skv. reglum FRÍ og sendist þá beiðni þar um á [siggi@hafnarfjordur.is](mailto:siggih@hafnarfjordur.is). **Vinsamlegast athugið að skrá inn ársbesta árangur í hlaupagreinum.** Þeim keppendum sem eru ekki skráðir með árangur verður raðað í riðla af handahófi. *Athugið að í tímaseðli er 60 m grindahlaup(úrslit) í 4 elstu flokkunum sett á mjög stuttan tíma, er það gert miðað við keppenda fjölda í þessari grein á síðustu mótum. En úrslitahlaupin fóru fram á þeim tíma sem undanrásir eru skráðar.*

2. Keppnisstaður og tímaseðill:

Keppni fer fram í Laugardalshöll, **laugardaginn 2.febrúar, frá kl. 10.00 til um kl. 16:30 og sunnudaginn 3. febrúar frá kl. 10.00 til um kl. 16:30.**

Tímaseðill er kominn í mótaforritið, endanlegur tímaseðill verður gerður fimmtudaginn 31. janúar.

3. Keppnisflokkar:

Keppnisgreinar og aldursflokkar eru skv. reglugerð FRÍ:

Fyrri dagur:

Stúlkur 15 ára:	60 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Piltar 15 ára:	60 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Stúlkur 16-17 ára:	60 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Piltar 16-17 ára:	60 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Stúlkur 18-19 ára:	60 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Piltar 18-19 ára:	60 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Stúlkur 20-22 ára:	60 m hlaup, 400 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.
Piltar 20-22 ára:	60 m hlaup, 400 m hlaup, 800 m hlaup, langstökk, hástökk, kúluvarp.

Seinni dagur:

Stúlkur 15 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x200 m boðhl., þristökk, stangarst.
Piltar 15 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x200 m boðhl., þristökk, stangarst.
Stúlkur 16-17 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x200 m boðhl., þristökk, stangarst.
Piltar 16-17 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x200 m boðhl., þristökk, stangarst.
Stúlkur 18-19 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x200 m boðhl., þristökk, stangarst.
Piltar 18-19 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x200 m boðhl., þristökk, stangarst.
Stúlkur 20-22 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x400 m boðhl., þristökk, stangarst.
Piltar 20-22 ára:	60 m gr.hlaup, 200 m hlaup, 1500 m hlaup, 4x400 m boðhl., þristökk, stangarst.

4. Stigakeppni:

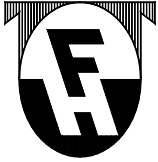
Skv. reglugerð FRÍ gildir eftirfarandi: „Stigakeppni á Unglingameistaramóti Íslands. Fer þannig fram að sigurvegari í hverri grein fær 6 stig og koll af kolli þannig að 6. sæti fær 1 stig. Það félag sem stigahæst verður samanlagt í hverjum flokki hlýtur titilinn Íslandsmeistari félagsliða í frjálsum íþróttum í sínum flokki.“

5. Skráningargjald:

Skráningargjöld skv. núgildandi gjaldskrá FRÍ eru sem hér segir:

„Skráningargjald er kr. 1.250 á grein í flokki 18 ára og eldri. Skráningargjald vegna boðhlaups er kr. 2.500 á hverja sveit.“

„Gjöld vegna einstaklinga og boðhlaupa á mót fyrir 17 ára og yngri og í öldungaflokkum eru kr. 625 á einstakling og kr. 1.250 á boðhlaup.“



Unglingameistaramót Íslands 2013

6. Innheimta skráningargjalda: FRÍ sér um að innheimta skráningargjöld fyrir þátttöku á mótinu skv. samþykkt sem gerð var á þingi FRÍ í mars s.l. Reikningar til viðkomandi félaga vegna þessa verða miðaðir við tilkynntar skráningar þegar skráningarfrestur rennur út á miðnætti á þriðjudaginn 29. janúar. Viðbótarskráningar verða innheimtar sérstaklega.

Leikskrá: FRÍ mun gefa út leikskrá vegna mótsins. Nafnalisti keppenda verður byggður á skráningum í mótaforriti FRÍ við lok skráningarfrests á miðnætti þriðjudaginn 29. janúar, með þeim upplýsingum um keppendur og besta árangur þeirra í greinum, sem þar verða settar inn. Þess vegna er mikilvægt að þessar upplýsingar séu innfærðar og sem réttastar.

7. Félagsbúningur og keppnisnúmer:

Keppendur skulu klæðast félagsbúningi sínum í mótinu og bera keppnisnúmer að framan, nema í stangarstökki og hástökki er leyfilegt að hafa númerið á baki.

8. Nafnakall:

Nafnakall fer fram á keppnisstað 20 mínútum áður en keppni hefst í viðkomandi grein, nema í hlaupum, en þá fer nafnakall fram við ráslínu 10 mín. fyrir hlaup.

9. Langstökk/Þristökk/Kúluvarp:

Allir keppendur fá þrjár tilraunir og átta bestu að loknum þremur umferðum fá þrjár tilraunir til viðbótar. Gert er ráð fyrir að í upphitun fái allir keppendur tvö upphitunarstökk.

10. Hlaup:

Raðað verður í riðla samkvæmt uppgefnum tímum í skráningu eða af handahófi ef ársbesti tími er ekki skráður. Í úrslit 60 m, 60 m grindahlaupum komast þeir átta einstaklingar sem náðu bestum tíma í undanrásum. Í öllum hlaupum 200 m og lengri hlaupum ræður tími í riðlum úrslitum.

11. Byrjunarhæðir og hækkanir í hástökki og stangarstökki:

Tillaga að byrjunarhæðum og hækkunum

Hástökk stúlkur

15 ára	1,30	1,37	1,44	1,49	1,54	og 3sm úr því
16 - 17 ára	1,30	1,40	1,47	1,52	1,57	og 3sm úr því
18 - 19 ára	1,40	1,50	1,57	1,62	og 3 sm úr því	
20 - 22 ára	1,40	1,50	1,57	1,62	og 3 sm úr því	

Stangarstökk stúlkur

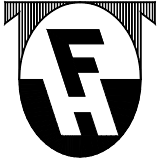
15 ára	1,90	2,10	2,30	2,50	og 10 sm úr því
16 - 17 ára	1,90	2,10	2,30	2,50	og 10 sm úr því
18 - 19 ára	2,10	2,30	2,50	2,70	og 10 sm úr því
20 - 22 ára	2,10	2,30	2,50	2,70	og 10 sm úr því

Hástökk piltar

15 ára	1,40	1,50	1,57	1,62	1,67	1,72	og 3sm úr því
16 - 17 ára	1,40	1,50	1,57	1,62	1,67	1,72	og 3sm úr því
18 - 19 ára	1,50	1,60	1,67	1,72	1,77	1,82	og 3sm úr því
20 - 22 ára	1,60	1,70	1,77	1,84	1,89	1,94	og 3sm úr því

Stangarstökk piltar

15 ára	2,30	2,50	2,70	og 10 sm úr því			
16 - 17 ára	2,30	2,50	2,70	og 10 sm úr því			
18 - 19 ára	3,00	3,20	3,40	3,60	3,80	4,00	og 10 sm úr því
20 - 22 ára	3,20	3,40	3,60	3,80	4,00	og 10 sm úr því	



Unglingameistaramót Íslands 2013

12. Afskráningar:

Afskráningar í hlaup skilist til mótsstjórnar áður en mót hefst hvorn keppnisdag, annars við einstaka greinar.

13. Kastáhöld:

Keppendur sem óska að keppa með eigin áhöldum þurfa að leggja þau inn hjá mótsstjórn á tæknifundi á laugardagsmorgni til mælingar.

Kúluþyngdir, skv. reglum FRÍ:

Stúlkur 15 ára:	3 kg	Stúlkur 16-17 ára	3 kg	Stúlkur 18 - 22 ára:	4 kg
Piltar 15 ára:	4 kg	Piltar 16 -17 ára:	5 kg	Piltar 18 -19 ára:	6 kg
Piltar 20 -22 ára:	7,26 kg				

14. Mótsstjóri: Kristinn Guðlaugsson

15. Verðlaun:

Fyrstu þrír í hverri einstaklingsgrein vinna til verðlauna. Stefnt er að verðlaunaafhendingu fljótlega að lokinni keppni í hverri grein.

16. Tæknifundur:

Tæknifundur fer fram í veitingasal Laugardalshallar á laugardeginum og hefst hann kl. 9:00. Þar verða keppnisgögn afhent, spurningum svarað og tekið við ábendingum um framkvæmd mótins.

Ef forráðamenn félaga hafa athugasemdir við byrjunarhæðir, þá vinsamlegast komið því á framfæri sem fyrst, einnig ef eitthvað er óljóst vegna keppnisfyrirkomulags.

17. Yfirdómari: Magnús Jakobsson

18. Áhorfendasvæði og keppnissvæði:

Keppnissvæði eru einungis fyrir keppendur og starfsmenn. Þjálfarar, liðsstjórar og áhorfendur eru vinsamlegast beðnir að vera á áhorfendasvæðum.

19. Veitingarsala: Verður í veitingasal Laugardalshallar.

21. Frekari upplýsingar:

Sigurður Haraldsson, formaður siggih@hafnarfjordur.is gsm: 6645631

Með frjálssíþróttakveðju
f.h. Frjálssíþróttadeildar FH
Sigurður Haraldsson, formaður