



Íslandsmót ÍF í frjálsum

Selfossvöllur Selfossi 23.-24.08

Frjálsíþróttanefnd ÍF býður allt frjálsíþróttafólk velkomið til keppni á íslandsmót fatlaðra í frjálsum utanhúss 2025.

Framkvæmd:

1. Íslandsmót ÍF verður framkvæmd samkvæmt leikreglum IPC-Athletics og IAAF.
2. Keppendur verða að vera skráðir í tiltekinn fötlunarflokk.
3. Verðlaun verða veitt fyrir þrjú fyrstu sæti í hverri grein í hverjum fötlunarflokki af þeim sjö sem taldir eru upp hér að neðan. RASA-stig verða notuð til að bera saman árangur innan fötlunarflokka til að skera úr um úrslit gerist þess þörf.
 - a. Fötlunarflokkar sem gjaldgengir eru (Brautargreinar T = track, og vallargreinar F = field):
 - b. Blindir T og F (11 og 12) 100m, 200m, 400m, langstökk, kúluvarp.
 - c. Þroskahamlaðir T og F (20) 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, langstökk, kúluvarp, kringlukast, sleggjukast, spjótast.
 - d. Spastískir CP T og F (35, 36, 37, 38) 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, langstökk, kúluvarp.
 - e. Mænuskaðaðir T og F (52, 53, 54) 100m, 200m, langstökk
4. Í keppni kast- og stökkgreinum fá allir 6 tilraunir séu þátttakendur 8 eða færri.
5. Um þyngdir kastáhalda fer eftir fötlunarflokkum og keppnisreglum IPC athletics.
6. Heimilt er að láta mismunandi fötlunarflokka keppa saman í riðli.
7. Það félag sem hlýtur flesta Íslandsmeistaratitla fatlaðra verður Íslandsmeistari félaga. Verði félög jöfn eru tali fjöldi silfurverðlauna og síðan bronsverðlauna.
8. Skráningar þurfa að berast fyrir tilskilinn skráningarfrest samkvæmt dreifibréfi ÍF fyrir mótið.
9. Tengiliður ÍF vegna framkvæmdar á keppni fatlaðra er Egill Þór Valgeirsson, formaður frjálsíþróttanefndar ÍF s: 847-0526

Reglur mótsins og framkvæmd:

1. Skráning

Skráning fer fram í gegnum mótaforriti fri Skráningu skal senda eigi síðar en á miðnætti mánudaginn 18. ágúst.

Skorað er á forráðamenn félaga að virða skráningarfrest. Ekki er hægt að skrá keppendur eftir að skráningarfrestur er liðinn.

2. Keppsigjald

Keppendur greiða keppnisgjald að upphæð 2.000 kr. per grein. ÍF sendir reikning til aðildarfélaga á grundvelli fjölda skráninga.

3. Keppnistímar og tímaseðill

Keppni fer fram laugardaginn 23.-24. ágúst frá kl. 11:30 og framundir kl. 17:00. Tímaseðil er að finna í mótaforritinu á slóðinni <http://urslit.fri.is>, mótshaldari áskilur sér rétt til breytinga að teknu tilliti til skráninga. Endanlegur tímaseðill verður birtur fimmtudag fyrir mót.

4. Stigakeppni

Það félag sem hlýtur flesta Íslandsmeistaratitla fatlaðra samtals í öllum greinum mótsins verður Íslandsmeistari félaga. Verði félög jöfn eru tali fjöldi silfurverðlauna og síðan bronsverðlauna.

5. Flokkun keppenda

Ekki verður flokkað keppendur á þessu móti.

6. Félagsbúningar og keppnisnúmer

Keppendur skuli klæðast félagsbúningi sínum í keppni og bera keppnisnúmer framan á sér. Auglýsingar á keppnisnúmeri skulu vera sýnilegar.

7. Nafnakall

Nafnakall fer fram við ritarboð hvernar greinar og hefst 30 mínútum áður en keppni hefst í viðkomandi grein og lýkur 20 mínútum fyrir grein. Í hlaupum lokar nafnakall þó 10 mínútum fyrir grein.

8. Hlaup

Raðað verður í riðla samkvæmt skráðum árangri keppenda. Þeim keppendum sem ekki fylgir skráður árangur verður ráðað í riðla af handahófi.

9. Langstökk og kúluvarp

Allir keppendur fá þrjár (3) tilraunir og átta bestu að þeim loknum fá þrjár (3) tilraunir til viðbótar.

Séu keppendur í hverjum fötlunarflokki ekki fleiri en 8 fá allir 6 tilraunir. ATH! Lágmark í langstökki er 2m.

10. Kastáhöld

Keppendur sem vilja keppa með eigin kúlum þurfa að leggja þær inn til mælingar hjá mótsstjórn minnst klukkustund fyrir keppni. CP flokkar kvenna nota 3 kg og karlar 5 kg kúlur. Flokkar 11-12 og 20 nota 4 kg (konur) og 7,26kg (karlar).

11. Verðlaun verða veitt þremur fyrstu í hverri grein. Auk þess eru veitt verðlaun því félagi sem flest stig hlýtur.

Stefnt er að því að veita einstaklingsverðlaun strax að lokinni keppni í hverri grein. Keppendur beðnir um að hafa þetta í huga og svara strax kalli á pall. Klæðast þarf félagsbúningi á verðlaunapalli.

12. Afhending gagna. Frjálsíþróttanefnd ÍF mun sjá um að dreifa keppnisgögnum keppnisstað.

13. Yfirdómari tilnefndur af FRÍ.

14. Mótsstjórn Frjálsíþróttanefnd ÍF/mótsstjórn FRÍ.

15. Keppnissvæði eru eingöngu fyrir keppendur og starfsmenn.

16. Frekari upplýsingar

Egill Þór Valgeirsson, formaður frjálsíþróttanefndar ÍF s: 847-0526

Hlökkum til að sjá ykkur

Frjálsíþróttanefnd ÍF