

VORMÓT HSK 17. MAÍ 2023



- Selfossvöllur
- Mótið er Skráð á Global Calendar!

SKRÁNINGARFRESTUR

Skráningarfrestur rennur út mánudagskvöldið 15. maí kl 24:00.

Þáttökugjöld

2000 kr á grein og greiðist fyrir mót eða skv. nánara samkomulagi.

KEPPNISGREINAR

Konur: 100 m, 300m, 800m, langstökk, hástökk- spjót kast (600gr)- sleggjukast (4kg)- kringlukast (1kg)

Karlar: 100 m, 300m, 800m, 5000m (Jónshlaupið)- langstökk- hástökk- spjót kast (800gr)- sleggjukast (4kg)- kringlukast (2kg)

VERÐLAUN

Veitt eru verðlaun fyrir þrjú efstu sætin í hverri grein. Sigurvegari Jónshlaupsins fær farandgrip.

TÍMASEÐILL

Mótshaldari áskilur sér fullan rétt til breytinga á tímaseðli á mótsstað ef aðstæður og keppendafjöldi gefur tilefni til.

Þeir keppendur sem setja Íslandsmet í fullorðinsflokki fá 100.000 kr gjafabréf í verzluninni Fætur toga!



Sigurvegarar fá að auki gjafapoka frá verzluninni.

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