



Íslandsleikar Special Olympics í frjálsum Frjálsíþróttahöllin Kaplakrika (FH) 15. mars 2026



Frjálsíþróttanefnd ÍF býður alla velkomna til keppni á Íslandsleika Special Olympics í frjálsum innanhúss 2026. Keppni fer fram í frjálsíþróttahöllinni í kaplakrika **sunnudaginn 15. mars**.

Greinar:

60m, langstökk, kúluvarp og 400m.

Tímaseðill:

Drög að tímaseðli verður birtur inn á Roster

Endanlegur tímaseðill, endurskoðaður miðað við skráningar, verður sendur út í síðasta lagi kl 12:00 laugardaginn fyrir mót.

Fyrirkomulag keppnar:

Hægt er að taka þátt í keppni óháð aldri og getu einstaklings í greininni.

Kúluvarp og langstökk

Hver keppandi fær 4 tilraunir.

Hlaupagreinar

Ekki verða hlaupin úrslit, bestu tímar gilda til úrslita.

Verðlaun

Allir fá verðlaun fyrir þátttöku.

Skráning

Skráningarfrestur er til miðnættis þriðjudaginn 10. mars.

Hægt er að skrá með því að senda skráningarskjal á mótisstjóra.

Ekkert skráningargjald er á mótið

Nánari upplýsingar veita:

Egill Þór Valgeirsson, Formaður frjálsíþróttanefndar ÍF, s. 847-0526

Melkorka Rán Hafliðadóttir, melkorka@ifsport.is

Mótisstjóri: Melkorka Rán Hafliðadóttir

Yfirdómari: Ásta Katrín Helgadóttir