



## Reglugerð um Íslandsgöngur

1. Keppnin heitir Íslandsgangan.
2. Keppnin er fólgin í þátttöku í allt að sex sjálfstæðum almenningsgöngum á skíðum á sama vetri.
3. Stig þátttakanda eru þannig reiknuð:

<b>1.sæti</b>	50 stig	<b>11.sæti</b>	10 stig
<b>2.sæti</b>	44 stig	<b>12.sæti</b>	9 stig
<b>3.sæti</b>	38 stig	<b>13.sæti</b>	8 stig
<b>4.sæti</b>	33 stig	<b>14.sæti</b>	7 stig
<b>5.sæti</b>	28 stig	<b>15.sæti</b>	6 stig
<b>6.sæti</b>	24 stig	<b>16.sæti</b>	5 stig
<b>7.sæti</b>	20 stig	<b>17.sæti</b>	4 stig
<b>8.sæti</b>	17 stig	<b>18.sæti</b>	3 stig
<b>9.sæti</b>	14 stig	<b>19.sæti</b>	2 stig
<b>10.sæti</b>	12 stig	<b>20.sæti</b>	1 stig

4. Samanlögð stig úr öllum mótum ráði úrslitum. Séu keppendur jafnir að stigum skal sá teljast fremri sem hefur fleiri 1.sæti, 2.sæti o.s.frv.
5. Verðlaun í Íslandsgöngunni skulu veitt fyrir þrjú efstu sæti í eftirtöldum flokkum hjá körlum og konum.

	<b>2018/2019*</b>	<b>2019/2020</b>	<b>2020/2021</b>
<b>17-34 ára</b>	1985-2002	1986-2003	1987-2004
<b>35-49 ára</b>	1970-1984	1971-1985	1972-1986
<b>50-59 ára</b>	1960-1969	1961-1970	1962-1971
<b>60 ára og eldri</b>	1959 og eldri	1960 og eldri	1961 og eldri

\*Aldur miðast við almanaksárið 2019

Færsla á milli flokka er óheimil. Að auki hljóti allir þátttakendur viðurkenningu fyrir þátttökuna í hverri grein.



6. Stefnt skal að því að mótin fari sem víðast um landið. Sækja skal um mót í Íslandsgöngunni til skíðagöngunefndar SKÍ fyrir 1. september. Skíðagöngunefnd ákveður hvaða mót eru í Íslandsgöngunni ár hvert. Lágmarksvegalengd göngumóts í Íslandsgöngunni er 20 km. Þó gilda ekki reglur um hámarksvegalengdir í Íslandsgöngunni.
7. Skíðagöngunefnd SKÍ er framkvæmdaaðili Íslandsgöngunnar og veitir allar almennar upplýsingar um keppnina, auglýsir hana í byrjun vetrar og birtir stigagjöf að lokinni hverri göngu og úrslit að lokinni síðustu göngu vetrarins.
8. Framkvæmdaraðili hvers göngumóts fyrir sig auglýsir mótið og birtir sín úrslit í fjölmiðlum og tilkynnir þau skriflega til SKÍ og skíðagöngunefndar SKÍ innan viku frá því gangan fór fram.
9. Skautaskrefið er bannað í almenningsgöngum þeim, sem standa að Íslandsgöngunni. Þó má skauta við eftirfarandi aðstæður: Í kröppum beygjum, þegar skipt er um spor og brautarhelming.
10. Legu brautar í Íslandsgöngunni skal miða við að um almenningsgöngu er að ræða. Lágmarka skal hæðarmun eins og kostur er, tryggja skal að rými sé til að halda aftur af hraða á leið niður brekkur og ríðis í beygjum sé það stór að ekki sé erfitt að standa í spori í gegnum beygjur.
11. Að öðru leyti gilda mótareglur SKÍ um mótahald og keppni.

Samþykkt á Haustfundi 6.okt 2018