

## Reglugerð um Íslandsgöngur

1. Keppnin heitir Íslandsgangan.
2. Keppnin er fólgin í þáttöku í allt að sjö sjálfstæðum almenningsgöngum í hefðbundinni skíðagöngu á sama vetri.
3. Stig þátttakanda eru þannig reiknuð:

Sæti	Stig
1	50
2	40
3	33
4	25
5	20
6	15
7	10
8	6
9	4
10	2

4. Samanlögð stig úr 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.

	2021/2022*	2022/2023	2023/2024
<b>17-34 ára</b>	1988-2005	1989-2006	1990-2007
<b>35-49 ára</b>	1973-1987	1974-1988	1975-1989
<b>50-59 ára</b>	1963-1972	1964-1973	1965-1974
<b>60-69 ára</b>	1962	1963	1964
<b>70 ára og eldri</b>			

\* Aldur miðast við almanaksárið 2022

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

6. Samhliða Íslandsgöngunni er keppt í liðakeppni. Skrá þarf lið til leiks í Íslandsgöngunni á þar til gerðu skráningarblaði til Skíðasambands Íslands, eigi síðar en 5.janúar ár hvert. Hvert lið samanstendur af fjórum til sex keppendum. Hvert lið þarf að hafa að lágmarki tvo af hvoru kyni í sínu liði. Skráningargjald fyrir lið er greitt samkvæmt gjaldskrá SKÍ.

Stigagjöf liðakeppni Íslandsgöngunnar miðast við heildarúrslit 17 ára og eldri, konur/karlar.

Sæti	stig	Sæti	stig	Sæti	stig
<b>1</b>	200	<b>13</b>	60	<b>25</b>	20
<b>2</b>	180	<b>14</b>	55	<b>26</b>	18
<b>3</b>	160	<b>15</b>	50	<b>27</b>	16
<b>4</b>	140	<b>16</b>	45	<b>28</b>	14
<b>5</b>	120	<b>17</b>	40	<b>29</b>	12
<b>6</b>	100	<b>18</b>	35	<b>30</b>	10
<b>7</b>	90	<b>19</b>	32	<b>31</b>	9
<b>8</b>	85	<b>20</b>	30	<b>32</b>	8
<b>9</b>	80	<b>21</b>	28	<b>33</b>	7
<b>10</b>	75	<b>22</b>	26	<b>34</b>	6
<b>11</b>	70	<b>23</b>	24	<b>35</b>	5
<b>12</b>	65	<b>24</b>	22		

7. Verðlaun skulu veitt stigahæsta liði Íslandsgöngunnar í verðlaunahófi síðustu göngu mótaraðarinnar. Einnig er sigurliðinu afhentur farandbikar til varðveislu í eitt ár auk minni eignarbikars.
8. Stefnt skal að því að mótin fari sem víðast um landið. Sækja skal um mót í Íslandsgöngunni til skíðagöngunefndar SKÍ fyrir 1. júní. Skíðagöngunefnd ákveður hvaða mót eru í Íslandsgöngunni ár hvert. Lágmarksvegalengd göngumóts í Íslandsgöngunni er 20 km. Þó gilda ekki reglur um hámarksvegalengdir í Íslandsgöngunni.
9. 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. Framkvæmdaraðili hvers göngumóts skal tilnefna einn fulltrúa í samráðsnefnd Íslandsgöngunnar á hverju vori.
10. 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.



11. 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 rafiús í beygjum sé það stór að ekki sé erfitt að standa í spori í gegnum beygjur.
12. Að öðru leyti gilda mótareglur SKÍ um mótahald og keppni.

*(Breytt á Skíðapingi 2022)*