

VALREGLUR Á STÓRMÓT

SKÍÐAGANGA - 2026

Ólympíuleikarnir Milan-Cortina 03. -22. febrúar 2026

- Valið er eftir Ólympíu – FIS listanum sem kemur út 19. janúar 2026. Sá aðili sem stendur fremst á þeim lista fær sæti á ÓL fyrir Íslands hönd. Horft er til beggja greina, lengri vegalengdir og sprettgöngu og ræður betra heimslistasæti valinu. Ef Ísland fær úthlutað fleiri sætum en grunnkvóti segir til um gildir sama regla. Efstu aðilar á listanum fara í samræmi við úthlutaðan kvóta.
- **A keppnisréttur:** Til þess að öðlast þátttökurétt í öllum greinum þarf keppandi að vera undir 150 FIS punktum í lengri vegalengdum. Miðast þessir punktar við ÓL FIS listann.
- **B keppnisréttur:** Til þess að öðlast þátttökurétt í sprettgöngu eða 10 km þarf keppandi að vera undir 350 FIS punktum í annað hvort lengri vegalengdum eða spretti. Miðast þessir punktar við ÓL FIS listann.

Undirbúningur og meiðsl:

- Keppandi þarf að standast læknisskoðun af óháðum aðila þegar valið fer fram 19. janúar 2026.
- Keppandi þarf að hafa æft og keppt reglulega frá 1. nóvember 2024.
- Allir keppendur sem fara á vegum SKÍ á stórmót í skíðagöngu skulu taka þátt í Skíðamóti Íslands.
- SGN og landsliðspjálfi áskilja sér rétt til endanlegrar ákvörðunar um val og þátttöku keppenda.

HM Unglinga – Lillehammer, Noregi 02.-08. mars 2026

- Valið eftir 5. FIS lista sem kemur út 28.01.26 tekur með mót til 25.01.26.
- Aldur: 18-20 ára (f. 2006-2008).
- Fjöldi: að hámarki 4 bestu af hvoru kyni (DI eða SP).
- Lágmark: keppendur þurfa að vera undir 240 FIS punktum í annarri greininni.
- **HM U23** – Aldur: 21-23 ára (f. 2003-2005).
- Fjöldi: að hámarki 4 bestu af hvoru kyni (DI eða SP).
- Lágmark: keppendur þurfa að vera undir 180 FIS punktum í annarri greininni.
- Gerð er krafa um þátttöku á FIS-mótum erlendis á tímabilinu.
- Horft verður í þátttöku í verkefnum SKÍ á undirbúningstímabilinu og árangur á mótum
- Mögulegir þátttakendur þurfa að skila inn æfingadagbók.
- Allir keppendur sem fara á vegum SKÍ á stórmót í skíðagöngu skulu taka þátt í Skíðamóti Íslands.
- SGN og landsliðspjálfi áskilja sér rétt til endanlegrar ákvörðunar um val og þátttöku keppenda.