



Sumarmót SSÍ - SMÍ

15. – 16. júní 2024
Ásvallalaug, Hafnarfjörður



Sumarmót SSÍ fer fram í Ásvallalaug 15. – 16. júní 2024

- Staðsetning:** Ásvallalaug, Ásvöllum, Hafnarfjörður.
- Keppendur:** Keppt er í unglingsflokkum og í fullorðinsflokkum.
- Reglur:** Keppnin fer fram í samræmi við reglur World Aquatics, SSÍ og IPC.
- Skráningarfrestur:** Skráningarfrestur er til og með 30. maí 2024.
Skráningar sem berast eftir að skráningarfrestur er liðinn verða teknar til greina ef pláss leyfir og verður rukkað seinskráningargjald fyrir þær skráningar.
- Lágmarkatímabil:** 15. júní 2023 – 30. maí 2024.
Lágörk eru hér að aftan og í lenex skránni.
- Lágörk:** Sundfólk sem er með lágmark í að minnsta kosti einni grein, geta bætt við sig greinum þannig að heildarfjöldi einstaklingsgreina sé að hámarki 3 greinar, ef pláss leyfir. Ekki er hægt að bæta við 800m skriðsundi án lágmarka.
- Verðlaun:** Verðlaunapeningar eru fyrir fyrstu þrjú sætin í opnum flokkum karla og kvenna.

Verðlaunafé verður veitt fyrir þrjú bestu afrekin í unglingsflokkum og þrjú bestu afrekin í fullorðins flokkum, bæði í karla og kvenna.

Verðlaunafé verður einnig veitt fyrir þrjú bestu liðin.
- Skráningargjöld** 900 kr. fyrir hverja einstaklingsgrein og 1.800 kr. fyrir boðsund.
Seinskráningargjald er 1.000 kr. fyrir hverja skráningu og leggst ofan á skráningargjald.
Skráningargjald fyrir skráningum skilað í excel er ISK 1.800 fyrir hverja einstaklingsgrein.
Skráningargjald fæst ekki endurgreitt.
SSÍ sendir út reikninga og kröfur fyrir skráningargjöldum sem þurfa að greiðast áður en mót hefst.

- Úrskráningar:** Mótsstjórn verður að fá tilkynningar um úrskráningar.
- Úrskráningar þurfa að hafa borist að lágmarki 3 tímum fyrir upphaf hlutans.
- Úrskráningar þurfa að berast skriflega til mótsstjórnar eða með tölvupósti á netfangið sundmot@iceswim.is
- 5.000 kr. gjald er fyrir að mæta ekki til keppni (DNS) og verður það rukkað á félög að móti loknu.
- Niðursundslaug:** Hægt verður að nota minni laugina til að sýnda niður á meðan á mótinu stendur.
- Keppendaherbergi:** Keppendur skulu mæta 15 mínútum fyrir sund í keppendaherbergi.
- Verðlaunaafhendingar:** Verðlaunaafhendingar munu koma fram á dagskrá mótsins. Þau sem eiga von á verðlaunum skulu mæta til verðlaunaafhendingar tímanlega. Tilkynnt verður á tæknifundinum hvar verðlaunahafar eiga að mæta til verðlaunaafhendingar.
- Mæti verðlaunahafi ekki til verðlaunaafhendingar er heimilt að svipta keppanda verðlaunum sínum.
- Tæknifundur:** Tæknifundur verður á Teams, miðvikudaginn 12. júní 2024 kl. 12:00. Þar verða tilkynntar breytingar á fyrirfram auglýstri dagskrá ef einhverjar eru, auk þess sem nánari upplýsingar og tilkynningar koma fram. Tengiliður liðsins fær sent boð á fundinn sem hægt er að senda áfram á þá þjálfarar og liðsstjóra sem verða á mótinu.
- Greiðslufyrirkomulag:** Skrifstofa SSÍ mun senda út reikninga og greiðsluseðla á félög fyrir skráningargjöldum í aðdraganda mótsins og biðjum við félög að greiða kröfuna í banka fyrir upphaf keppni. SSÍ áskulur sér rétt til að eyða skráningum sem ekki eru greiddar fyrir mótsbyrjun.

Nánari upplýsingar má nálgast á síðu mótsins: www.sundsamband.is/smi

Tengiliður:

Leifur Guðni Grétarsson: meets@iceswim.is

Hlökkum til að sjá ykkur í Hafnarfirði!

Reglugerð

1. Sumarmót SSÍ verður haldið í samræmi við reglur World Aquatics, SSÍ og IPC. Mótið er haldið af Sundsambandi Íslands, en Sundfélag Hafnarfjarðar er framkvæmdaaðili mótsins.
2. Keppt verður í Ásvallalaug, Ólympískri innilaug (50m x 25m) og verður keppt á 8 brautum. Laugardýpt er 2m og hitastig vatns um 27°C.
3. Keppnin er opin sundfólki í eftirfarandi flokkum:

Aldursflokkar	Unglingaflokkur	Fullorðinsflokkur
Karla	14-18 ára	19 ára og eldri
Kvenna	14-18 ára	19 ára og eldri

4. Raðað verður í riðla eftir skráningartímum óháð aldri. Tekið er við skráningartímum úr 50m laug eða umreiknaða tíma úr 25m laug. Eingöngu verður tekið við tímum sem eru jafnir eða hraðari en lágmörkin sem gefin eru út fyrir mótið. Sundfólk sem er með lágmark í að minnsta kosti einni grein, geta bætt við sig greinum þannig að heildarfjöldi einstaklingsgreina sé að hámarki 3 greinar, ef pláss leyfir. Ekki er hægt að bæta við 800m skriðsundi án lágmarka.
5. Keppt er í beinum úrslitum í öllum greinum mótsins. Hámarkskráningar eru í 800m skriðsundi (tveir riðlar í hvorri grein), í 400m fjórsundi (þrjú riðlar í hvorri grein) og í 400m skriðsundi (þrjú riðlar í hvorri grein).
6. Úrskráningar þurfa að berast skriflega til mótsstjórnar. Úrskráningar þurfa að berast eigi síðar en 3 klukkutímum fyrir upphaf hluta. Úrskráningar þurfa að berast skriflega til mótsstjórnar eða með tölvupósti á netfangið sundmot@iceswim.is 5.000 kr. gjald er fyrir að mæta ekki til keppni (DNS) og verður það rukkað á félög að móti loknu.
7. Verðlaunapeningar eru fyrir fyrstu þrjú sætin í opnum flokkum karla og kvenna.
8. Á þessu móti er lágmarksfjöldi sjálfboðaliða 75 stöðugildi svo hægt sé að halda mótið. Félög þurfa að skila sjálfboðaliðum í hlutfalli við skráningafjölda í samræmi við reglugerð SSÍ um skyldur þátttökuliða á SSÍ mótum.

9. Verðlaunafé verður veitt fyrir þrjú bestu afrekin í unglingsflokki og þrjú bestu afrekin í fullorðinsflokki, bæði í karla og kvenna, skv. stigatöflu World Aquatics:

Fullorðinsflokkur	Unglingsflokkur
1. Place – 20.000 ISK	1. Place – 15.000 ISK
2. Place – 15.000 ISK	2. Place – 10.000 ISK
3. Place – 10.000 ISK	3. Place – 5.000 ISK

10. Verðlaunafé verður einnig veitt fyrir þrjú bestu liðin skv. stigatöflu World Aquatics fyrir 6 bestu karlasundin, 6 bestu kvennasundin og besta boðsundið í hvorri boðsundsgrein mótsins.

Besta liðið

1. Place – 60.000 ISK
2. Place – 40.000 ISK
3. Place – 20.000 ISK

11. **Skráningarfrestur er til og með 30. maí 2024.** Skráningar skulu sendar rafrænt á splash/lenex formi á netfangið sundmot@iceswim.is Eingöngu skal notast við skráningar á excel þegar ekki er mögulegt að nota splash og er rukkað hærra gjald fyrir þær skráningar. Seinskráningargjald er rukkað fyrir skráningar sem berast eftir að skráningarfrestur er liðinn. Nánari upplýsingar er hægt að nálgast á síðu mótsins: <https://www.sundsamband.is/smi>

12. Skráningar skal senda á: sundmot@iceswim.is

13. **Skráningargjald er kr. 900** fyrir hverja einstaklingsgrein og 1.800 kr. fyrir boðsund.

Skráningargjald fyrir skráningum skilað í excel er ISK 1.800 fyrir hverja einstaklingsgrein.

Skráningargjald fæst ekki endurgreitt.

SSÍ sendir út reikninga og kröfur fyrir skráningargjöldum sem þurfa að greiðast áður en mót hefst.

Seinskráningargjald er 1000 kr. fyrir hverja skráningu sem leggst ofan á skráningargjaldið.

14. SSÍ áskilur sér rétt til að eyða skráningum sé skráningargjald ekki greitt..

15. SSÍ áskilur sér rétt til að gera breytingar á dagskrá mótsins.

**Dagskrá mótshluta nr. 1 - Laugardagur fyrir hádegi –
Upphitun kl. 8:00, keppni kl. 9:30**

1.	200m	fjórsumd	karla
2.	200m	fjórsumd	kvenna
3.	100m	skriðsumd	karla
4.	100m	skriðsumd	kvenna
5.	50m	bringusund	karla
6.	50m	bringusund	kvenna
7.	200m	baksund	karla
8.	200m	baksund	kvenna
9.	100m	flugsund	karla
10.	100m	flugsund	kvenna
11.	800m	skriðsumd	karla
12.	800m	skriðsumd	kvenna

**Dagskrá mótshluta nr. 2 - Laugardagur eftir hádegi –
Upphitun kl. 15:00, keppni kl. 16:30**

13.	200m	skriðsumd	kvenna
14.	200m	skriðsumd	karla
15.	50m	flugsund	kvenna
16.	50m	flugsund	karla
17.	400m	fjórsumd	kvenna
18.	400m	fjórsumd	karla
19.	100m	baksund	kvenna
20.	100m	baksund	karla
21.	200m	bringusund	kvenna
22.	200m	bringusund	karla

Hlé fyrir boðsumd

23.	4 x 100m	skriðsumd	blandað
-----	----------	-----------	---------

**Dagskrá mótshluta nr. 3 - Sunnudagur fyrir hádegi –
Upphitun kl. 8:00, keppni kl. 9:30**

24.	400m	skriðsumd	karla
25.	400m	skriðsumd	kvenna
26.	50m	baksund	karla
27.	50m	baksund	kvenna
28.	100m	bringusund	karla
29.	100m	bringusund	kvenna
30.	200m	flugsund	karla
31.	200m	flugsund	kvenna
32.	50m	skriðsumd	karla
33.	50m	skriðsumd	kvenna

Hlé fyrir boðsumd

34.	4 x 100m	fjórsumd	blandað
-----	----------	----------	---------

Lágmörk:

Men	50m pool		25m pool	
	Open	Junior	Open	Junior
	Category	14-18	Category	14-18
50m freestyle	00:29,63		00:28,80	
100m freestyle	01:04,50	01:05,58	01:02,70	01:03,75
200m freestyle	02:23,86	02:26,25	02:18,84	02:21,15
400m freestyle	05:07,64	05:12,77	04:57,28	05:02,23
800m freestyle	10:58,07	11:09,04	10:29,71	10:40,21
1500m freestyle	20:43,36	21:04,08	19:58,33	20:18,30
50m backstroke	00:35,64		00:33,90	
100m backstroke	01:16,03	01:17,30	01:12,22	01:13,42
200m backstroke	02:47,28	02:50,07	02:38,82	02:41,47
50m breaststroke	00:38,33		00:36,73	
100m breaststroke	01:24,18	01:25,58	01:20,34	01:21,68
200m breaststroke	03:04,48	03:07,55	02:56,46	02:59,40
50m butterfly	00:31,91		00:31,46	
100m butterfly	01:11,81	01:13,00	01:09,80	01:10,97
200m butterfly	02:45,35	02:48,10	02:38,68	02:41,32
100m medley			01:12,16	01:13,36
200m medley	02:42,42	02:45,13	02:36,54	02:39,15
400m medley	05:52,94	05:58,83	05:40,43	05:46,10

Women	50m pool		25m pool	
	Open	Juniors	Open	Juniors
	Category	14-18	Category	14-18
50m freestyle	00:33,46		00:32,70	
100m freestyle	01:12,28	01:13,48	01:10,69	01:11,87
200m freestyle	02:36,35	02:38,95	02:33,50	02:36,06
400m freestyle	05:34,55	05:40,12	05:24,79	05:30,21
800m freestyle	11:33,35	11:44,90	11:11,72	11:22,92
1500m freestyle	22:49,15	23:11,97	21:51,77	22:13,63
50m backstroke	00:38,98		00:37,26	
100m backstroke	01:23,46	01:24,85	01:20,22	01:21,56
200m backstroke	03:01,90	03:04,93	02:54,22	02:57,12
50m breaststroke	00:42,62		00:41,98	
100m breaststroke	01:33,30	01:34,85	01:30,79	01:32,31
200m breaststroke	03:22,28	03:25,66	03:18,14	03:21,45
50m butterfly	00:35,94		00:35,48	
100m butterfly	01:20,32	01:21,65	01:18,49	01:19,80
200m butterfly	03:01,49	03:04,51	02:57,73	03:00,69
100m medley			01:21,08	01:22,44
200m medley	02:58,98	03:01,96	02:53,82	02:56,72
400m medley	06:24,25	06:30,66	06:10,20	06:16,37