



Íslandsmót Fatlaðra í sundi, 25 metra laug Ásvallalaug helgina 24. og 25. nóvember nk.

Dagskrá:

Laugardagur 24. nóvember

Upphitun hefst klukkan 14:00 og mót 15:00

- | | |
|---------------------------------|----------------------------------|
| 1. grein 50 m frjáls aðferð kk | 2. grein 50 m frjáls aðferð kvk |
| 3. grein 50 m baksund kk | 4. grein 50 m baksund kvk |
| 5. grein 200 m fjórsund kk | 6. grein 200 m fjórsund kvk |
| 7. grein 400 m frjáls aðferð kk | 8. grein 400 m frjáls aðferð kvk |
| 9. grein 100 m flugsund kk | 10. grein 100 m flugsund kvk |
| 11. grein 100 m bringusund kk | 12. grein 100 m bringusund kvk |
| Hlé 10 mínútur | |
| 13. grein 4*50 m frjáls aðferð | |

Sunnudagur 25. nóvember

Upphitun hefst klukkan 09:00 og mót 10:00

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| 15. grein 100 m frjáls aðferð kk | 16. grein 100 m frjáls aðferð kvk |
| 17. grein 50 m flugsund kk | 18. grein 50 m flugsund kvk |
| 19. grein 50 m bringusund kk | 20. grein 50 m bringusund kvk |
| 21. grein 100 m fjórsund kk | 22. grein 100 m fjórsund kvk |
| 23. grein 100 m baksund kk | 24. grein 100 m baksund kvk |
| 25. grein 200 m frjáls aðferð kk | 26. grein 200 m frjáls aðferð kvk |
| Hlé 10 mínútur | |
| 27. grein 4*50 m fjórsund | |

Verðlaun.

Keppendum er raðað í greinar eftir tímum óháð fötlunarflokkum. Verðlaun verða þó veitt eftir fötlunarflokkum.

Til að veita gull verðlaun þurfa að vera tveir keppendur skráðir í viðkomandi fötlunarflokk. Til að veita gull og silfur verðlaun þurfa að vera þrír keppendur skráðir í viðkomandi fötlunarflokk. Til að veita gull, silfur og brons þurfa fjórir keppendur að vera skráðir í viðkomandi fötlunarflokki.

Í 200 og 400 metra frjálsri aðferð og 100 metra fjórsundi verða veitt verðlaun gull, silfur og brons samkvæmt stigum miðað við heimsmet.

Mótstjórn áskilir sér rétt til að sameina fötlunarflokka til verðlauna. Ef mikið verður um að flokkar falli niður, á að keppa í opnum flokkum og verðlaun afhent samkvæmt stigum miðað við viðmið ÍF sem grundvallast á ranking lista IPC.

Upplýsingar til þjálfara, keppenda og aðstandenda.

Keppendur hafa aðstöðu niðrá sundlaugarbakka undir áhorfendastúku en ÁHORFENDUR OG AÐSTANDENDUR eiga ekki að vera niðri á sundlaugarbakka.

Vinsamlegast athugið ALLIR keppendur hafa aðstöðu undir áhorfendastúku (austurbakki), ekki er leyfilegt að vera þeim megin sem búið er (vesturbakka).

Aðstandendur sitja í áhorfendastúku.

Hvatningar eru ekki leyfðar frá endabökkum. Aðeins keppendur eiga að mæta að ráspalli, ef keppandi þarf aðstoð við að komast ofaní laugina eða uppúr mega aðstoðarmenn aðstoða við að koma viðkomandi ofaní en síðan færa þeir sig á hliðarbakka og bíða þar til keppandi hefur lokið sundi.

Úrskráningum skal skilað á blaði 30 mínútum áður en mót hefst.

Boðsundblöðum skal skilað í upphitun, nöfn sundmanna verða að vera í þeirri röð sem þeir synda. Ekki verður tekið á móti boðsundblöðum eftir að keppni hefst.

Veitingar

Íþróttafélagið Fjörður sér um sölu veitinga.

Enginn posi verður á svæðinu svo aðeins verður hægt að taka við greiðslu með peningum.

