Keppnisreglur Skautahlaup (Long Track) 2026 - 2027

Flokkar Aldur miðast við 1. júlí	**ISU Novice** **stelpur / strákar**	**ISU Junior** **konur / karlar**	**ISU Senior** **konur / karlar**
Vegalengd	500m	500m	500m
		1000m	1000m
			1500m
2 keppendur í hverjum riðli **Úrslit ráðast með tímatöku**			

Competition Rules Speed Skating (Long Track) 2026 - 2027

Categories Age on July 1st	**ISU Novice** **girls / boys**	**ISU Junior** **Women / Men**	**ISU Senior** **Women / Men**
Distance	500m	500m	500m
		1000m	1000m
			1500m
2 skaters in each heat **Results are determined with timekeeping**			

Reglur

Sé keppt í fleiri en 1 vegalengd skal skipta keppni niður þannig að skautarar geti hvílt milli keppna. Skal sá tími fara eftir vegalengd hlaupsins. Styttri tími má vera milli styttri vegalengda.

Raða ætti vegalengdum niður þannig að keppt sé í stystu vegalengdunum fyrst og lengstu síðast. Mótsstjóri og Yfirdómari raðar niður dagskrá, í samráði við yfirdómara.

Keppt í 2 vegalengdum

Keppt skal í stuttri vegalengd annan daginn og lengri hinn daginn. Þurfi að skipta keppendum í riðla skal reynt að hafa gott hlé til hvíldar milli keppna, eða amk 30 mín.

Keppt í 3 vegalengdum

Hægt er að keppa í tveimur stuttum vegalengdum sama dag með stuttri hvíld á milli. Keppa skal í lengstu vegalengdinni á öðrum degi en stuttu vegalengdunum.

Upphitun

Upphitun á ís er fimm mínútur. Setja má nokkra hópa saman í upphitun í einu en gæta þess að fjöldi skautara sé ekki of mikill. Hliðvörður skal fylgjast með hliði og loka því eftir að upphitun hefst.

Heflun

Mótsstjóri þarf að sjá til þess að starfsmaður á hefli fái leiðbeiningar um heflun fyrir og eftir skautahlaupskeppnina. Fleyta þarf með extra miklu vatni til að búa til sem sléttastan ís.