



IMOC

ICELANDIC MASTERS OPEN CHAMPIONSHIP

Opna Íslandsmeistaramótið í Garpasundi 2025

Íslandsmótið í garpasundi (IMOC) verður haldið í Ásvallalaug í Hafnarfirði dagana 2. og 3. maí 2025. Keppt er í 25m laug.

Skráningarfrestur rennur út fimmtudaginn 24. apríl 2025. Þeir sem ekki hafa yfir að ráða Splash forriti geta sent skráningar í tölvupósti á netfangið sundmot@iceswim.is. Mikilvægt er að fram komi fullt nafn, kennitala, félag, greinar og skráningartímar. Hægt verður að leiðrétta skráningar fram til kl.12 að hádegi þriðjudaginn 29. apríl 2025.

Eigi einstaklingur ekki gildan tíma í grein sem hann vill synda á mótinu má hann skrá sig á áætluðum tíma, sem t.d. hefur náðst á æfingu. Þetta er gert til að auðvelda gerð tímaáætlunar og jafna riðlana á mótinu. Gott er að miða við tíma sem synt var á innan síðustu þriggja ára. Öllum er þó ennþá frjálst að skrá sig án tíma (No Time, NT).

Endanlegur keppendalisti fyrir mótið verður svo gefinn út fimmtudaginn 1. maí 2025
Skráningar sendast með tölvupósti á sundmot@iceswim.is

Skráningargjald er 1.500 kr. fyrir einstaklingsgreinar og 2.500 kr fyrir boðsundsgreinar. Seinskráningargjald bætist við skráningar sem berast eftir að skráningarfrestur er liðinn. Athygli er vakin á að keppendur þurfa að greiða fyrir keppnispassa í samræmi við samþykktir sundþings 2025. Nánari upplýsingar má nálgast á heimasíðu SSÍ og í verðskrá.

LOKAHÓF:

Nánari upplýsingar um lokahófið má nálgast á heimasíðu SSÍ.

DAGSKRÁ MÓTSINS

Föstudagskvöld		
<i>kl. 16.45 tæknifundur</i>		
<i>kl. 17.00 upphitun</i>		
<i>kl. 18.00 mót hefst</i>		
1	800m skriðsund	Karlar
2	800m skriðsund	Kvenna
3	50m flugsund	Karlar
4	50m flugsund	Kvenna
5	100m bringusund	Karlar
6	100m bringusund	Kvenna
7	50m skriðsund	Karlar
8	50m skriðsund	Kvenna
9	4x50m skriðsund boðsund	Karlar
10	4x50m skriðsund boðsund	Kvenna
<i>kl. 20.30 ca. mótlok</i>		
Laugardagur f.h.		
<i>kl. 08.00 upphitun</i>		
<i>kl. 9.00 mót hefst</i>		
11	400m skriðsund	Kvenna
12	400m skriðsund	Karlar
13	100m flugsund	Kvenna
14	100m flugsund	Karlar
15	50m bringusund	Kvenna
16	50m bringusund	Karlar
17	100m baksund	Kvenna
18	100m baksund	Karlar
19	200m skriðsund	Kvenna
20	200m skriðsund	Karlar
21	100m fjórsund	Kvenna
22	100m fjórsund	Karlar
23	4x50m fjórsund boðsund	blandað
<i>kl. 12.00 ca. mótlok</i>		
Laugardagur e.h.		
<i>kl. 14.00 upphitun</i>		
<i>kl. 15.00 mót hefst</i>		
24	200m fjórsund	Karlar
25	200m fjórsund	Kvenna
26	50m baksund	Karlar
27	50m baksund	Kvenna
28	200m bringusund	Karlar
29	200m bringusund	Kvenna
30	100m skriðsund	Karlar
31	100m skriðsund	Kvenna
32	4x50m fjórsund boðsund	Karlar
33	4x50m fjórsund boðsund	Kvenna
<i>kl. 17.00 mótlok</i>		
<i>kl. 19.00 Lokahóf (tilkynnt síðar)</i>		