



**ÍSLANDS-
OG UNGLINGAMEISTARAMÓTIÐ
Í SUNDI**



Íslands- og unglíngameistaramótið í 25m laug

Laugardalslaug, Reykjavík, 7. - 9.11.2025

1. hluti - undanrásir og fatlaðir - föstudagur kl. 9:00

Upphafstími	Grein	Flokkur
09:05	1. 100m fjórsund	kvenna Undanrásir
09:13	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 1	
09:16	2. 100m fjórsund	karla Undanrásir
09:23	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 2	
09:26	3. 400m skriðsund	kvenna Undanrásir
09:47	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 3	
09:50	4. 400m skriðsund	karla Undanrásir
10:09	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 4	
10:12	5. 50m baksund	kvenna Undanrásir
10:19	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 5	
10:22	6. 100m flugsund	karla Undanrásir
10:28	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 6	
10:31	7. 200m flugsund	kvenna Undanrásir
10:37	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 7	
10:40	8. 200m baksund	karla Undanrásir
10:50	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 8	
10:53	9. 200m bringusund	kvenna Undanrásir
11:11	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 9	
11:14	10. 100m bringusund	karla Undanrásir
11:20	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 10	
11:23	11. 50m skriðsund	kvenna Undanrásir
11:32	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 11	
11:35	12. 50m skriðsund	karla Undanrásir
11:42	Verðlaun í unglíngaflokki og flokkum fatlaðra gr. 12	
11:45	Hlé fyrir boðsund	
11:52	13. 4 x 50m fjórsund	kvenna Bein úrslit
11:56	13. 4 x 50m fjórsund	kvenna Medal ceremony
11:59	14. 4 x 50m fjórsund	karla Bein úrslit
12:03	14. 4 x 50m fjórsund	karla Medal ceremony

12:06 Áætluð mótslok

2. hluti - úrslit - föstudagur 16:30

Upphafstími	Grein		Flokkur	
16:35	1.	100m fjórsund	kvenna	Úrslitsund
16:38	1.	100m fjórsund	kvenna	Medal ceremony
16:42	2.	100m fjórsund	karla	Úrslitsund
16:45	2.	100m fjórsund	karla	Medal ceremony
16:49	3.	400m skriðsund	kvenna	Úrslitsund
16:56	3.	400m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
17:00	4.	400m skriðsund	karla	Úrslitsund
17:06	4.	400m skriðsund	karla	Medal ceremony
17:10	5.	50m baksund	kvenna	Úrslitsund
17:13	5.	50m baksund	kvenna	Medal ceremony
17:17	6.	100m flugsund	karla	Úrslitsund
17:20	6.	100m flugsund	karla	Medal ceremony
17:24	7.	200m flugsund	kvenna	Úrslitsund
17:29	7.	200m flugsund	kvenna	Medal ceremony
17:33	8.	200m baksund	karla	Úrslitsund
17:37	8.	200m baksund	karla	Medal ceremony
17:41	9.	200m bringusund	kvenna	Úrslitsund
17:46	9.	200m bringusund	kvenna	Medal ceremony
17:50	10.	100m bringusund	karla	Úrslitsund
17:54	10.	100m bringusund	karla	Medal ceremony
17:58	11.	50m skriðsund	kvenna	Úrslitsund
18:00	11.	50m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
18:04	12.	50m skriðsund	karla	Úrslitsund
18:06	12.	50m skriðsund	karla	Medal ceremony
18:10	15.	4 x 200m skriðsund	kvenna	Bein úrslit
18:22	15.	4 x 200m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
18:26	16.	4 x 200m skriðsund	karla	Bein úrslit
18:36	16.	4 x 200m skriðsund	karla	Medal ceremony

18:40 Áætluð mótslok

3. hluti - undanrásir og fatlaðir - laugardagur kl. 9:00

Upphafstími	Grein	Flokkur
09:05	17. 400m fjórsund	kvenna Undanrásir
09:20	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 17	
09:22	18. 1500m skriðsund	karla Hægari riðlar
09:22	19. 50m baksund	karla Undanrásir
09:27	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 19	
09:29	20. 200m skriðsund	kvenna Undanrásir
09:48	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 20	
09:50	21. 200m fjórsund	karla Undanrásir
10:00	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 21	
10:02	22. 100m bringusund	kvenna Undanrásir
10:11	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 22	
10:13	23. 50m bringusund	karla Undanrásir
10:18	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 23	
10:20	24. 50m flugsund	kvenna Undanrásir
10:26	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 24	
10:28	25. 100m skriðsund	karla Undanrásir
10:39	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 25	
10:41	26. 100m baksund	kvenna Undanrásir
10:53	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 26	
10:55	27. 200m flugsund	karla Undanrásir
11:04	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 27	
11:06	28. 800m skriðsund	kvenna Hægari riðlar
11:30	Hlé fyrir boðsund	
11:40	29. 4 x 50m fjórsund	blandað Bein úrslit
11:44	29. 4 x 50m fjórsund	blandað Medal ceremony

11:50 Áætluð mótslok

4. hluti - úrslit - laugardagur 16:30

Upphafstími	Grein		Flokkur	
16:35	17.	400m fjórsund	kvenna	Úrslitsund
16:43	17.	400m fjórsund	kvenna	Medal ceremony
16:47	18.	1500m skriðsund	karla	Hraðasti riðill
17:08	18.	1500m skriðsund	karla	Medal ceremony
17:12	19.	50m baksund	karla	Úrslitsund
17:14	19.	50m baksund	karla	Medal ceremony
17:18	20.	200m skriðsund	kvenna	Úrslitsund
17:23	20.	200m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
17:27	21.	200m fjórsund	karla	Úrslitsund
17:31	21.	200m fjórsund	karla	Medal ceremony
17:35	22.	100m bringusund	kvenna	Úrslitsund
17:39	22.	100m bringusund	kvenna	Medal ceremony
17:43	23.	50m bringusund	karla	Úrslitsund
17:45	23.	50m bringusund	karla	Medal ceremony
17:49	24.	50m flugsund	kvenna	Úrslitsund
17:52	24.	50m flugsund	kvenna	Medal ceremony
17:56	25.	100m skriðsund	karla	Úrslitsund
17:59	25.	100m skriðsund	karla	Medal ceremony
18:03	26.	100m baksund	kvenna	Úrslitsund
18:06	26.	100m baksund	kvenna	Medal ceremony
18:10	27.	200m flugsund	karla	Úrslitsund
18:14	27.	200m flugsund	karla	Medal ceremony
18:18	28.	800m skriðsund	kvenna	Hraðasti riðill
18:30	28.	800m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
18:34	30.	4 x 100m skriðsund	karla	Bein úrslit
18:40	30.	4 x 100m skriðsund	karla	Medal ceremony
18:44	31.	4 x 100m skriðsund	kvenna	Bein úrslit
18:50	31.	4 x 100m skriðsund	kvenna	Medal ceremony

18:54 Áætluð mótslok

5. hluti - undanrásir og fatlaðir - sunnudagur kl. 9:00

Upphafstími	Grein	Flokkur
09:05	32. 400m fjórsund	karla Undanrásir
09:13	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 32	
09:15	33. 1500m skriðsund	kvenna Hægari riðlar
09:15	34. 200m baksund	kvenna Undanrásir
09:29	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 34	
09:31	35. 200m skriðsund	karla Undanrásir
09:45	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 35	
09:47	36. 100m flugsund	kvenna Undanrásir
09:55	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 36	
09:57	37. 50m flugsund	karla Undanrásir
10:03	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 37	
10:05	38. 50m bringusund	kvenna Undanrásir
10:12	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 38	
10:14	39. 200m bringusund	karla Undanrásir
10:23	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 39	
10:25	40. 100m skriðsund	kvenna Undanrásir
10:39	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 40	
10:41	41. 100m baksund	karla Undanrásir
10:48	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 41	
10:50	42. 200m fjórsund	kvenna Undanrásir
11:02	Verðlaun í unglingaflokki og flokkum fatlaðra gr. 42	
11:04	43. 800m skriðsund	karla Hægari riðlar
11:27	Hlé fyrir boðsund	
11:37	44. 4 x 50m skriðsund	blandað Bein úrslit
11:41	44. 4 x 50m skriðsund	blandað Medal ceremony

11:45 Áætluð mótslok

6. hluti - úrslit - sunnudagur 16:30

Upphafstími	Grein		Flokkur	
16:35	32.	400m fjórsund	karla	Úrslitsund
16:42	32.	400m fjórsund	karla	Medal ceremony
16:45	33.	1500m skriðsund	kvenna	Hraðasti riðill
17:07	33.	1500m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
17:10	34.	200m baksund	kvenna	Úrslitsund
17:15	34.	200m baksund	kvenna	Medal ceremony
17:18	35.	200m skriðsund	karla	Úrslitsund
17:22	35.	200m skriðsund	karla	Medal ceremony
17:25	36.	100m flugsund	kvenna	Úrslitsund
17:28	36.	100m flugsund	kvenna	Medal ceremony
17:31	37.	50m flugsund	karla	Úrslitsund
17:34	37.	50m flugsund	karla	Medal ceremony
17:37	38.	50m bringusund	kvenna	Úrslitsund
17:39	38.	50m bringusund	kvenna	Medal ceremony
17:42	39.	200m bringusund	karla	Úrslitsund
17:47	39.	200m bringusund	karla	Medal ceremony
17:50	40.	100m skriðsund	kvenna	Úrslitsund
17:53	40.	100m skriðsund	kvenna	Medal ceremony
17:56	41.	100m baksund	karla	Úrslitsund
17:59	41.	100m baksund	karla	Medal ceremony
18:02	42.	200m fjórsund	kvenna	Úrslitsund
18:07	42.	200m fjórsund	kvenna	Medal ceremony
18:10	43.	800m skriðsund	karla	Hraðasti riðill
18:21	43.	800m skriðsund	karla	Medal ceremony
18:24	45.	4 x 100m fjórsund	kvenna	Bein úrslit
18:31	45.	4 x 100m fjórsund	kvenna	Medal ceremony
18:34	46.	4 x 100m fjórsund	karla	Bein úrslit
18:41	46.	4 x 100m fjórsund	karla	Medal ceremony
18:44	Verðlaun fyrir besta afrek kvenna og besta afrek karla á ÍM25			

19:00 Áætluð mótslok