

Reglugerð nr. 35 um val á landsliði í hlaupum utan valla

1. Umfang og gildissvið

Leiðbeiningar þessar skilgreina ferli við ákvörðun um þátttöku keppenda á alþjóðlegum mótum fyrir hönd Frjálsíþróttasambands Íslands (FRÍ) í eftirfarandi greinum:

1. Götuhlaup
2. Utanvegahlaup
3. Víðavangshlaup

Til alþjóðlegra móta í ofangreindum greinum teljast t.a.m. mót á vegum alþjóðlegra sérsambanda s.s Norðurlanda-, Evrópu- (EEA) eða heimsmeistaramótum (WA).

2. Ábyrgð og hlutverk

Langhlaupanefnd ber ábyrgð á að uppfæra og endurskoða með reglubundnum hætti þau viðmið og lágmark sem tilgreind eru í þessum leiðbeiningum. Leiðbeiningar þessar skulu samþykktar af stjórn.

Stjórn FRÍ ákveður þátttöku á alþjóðlegum mótum á grundvelli ráðgjafar langhlaupanefndar um hvort senda eigi keppenda/keppendur til þátttöku fyrir hönd Íslands/FRÍ.

Stjórn felur langhlaupanefnd að standa að vali á keppendum samkvæmt leiðbeiningum þessum eða taka afstöðu til beiðni keppenda um þátttöku á móti.

Stjórn FRÍ skal taka tillögur langhlaupanefndar fyrir á fundi og veita endanlegt samþykki.

3. Ákvörðun um þátttöku á alþjóðlegu móti

Ákvörðun um þátttöku á erlendu móti er tvíþætt en matsreglur til grundvallar vali á keppendum eru þær sömu.

1. Stjórn FRÍ ákveður að senda keppanda/keppendur á alþjóðlegt mót til keppni fyrir hönd Íslands/FRÍ.
2. Keppandi, með íslenskt ríkisfang, hefur frumkvæði að því að óska eftir því að fá að keppa fyrir hönd Íslands/FRÍ á alþjóðlegu móti. Í slíkum tilfellum skal keppandi senda beiðni í tölvupósti til FRÍ a.m.k. 8 vikum fyrir áætlaða keppni. Í beiðninni skal eftirfarandi að lágmarki að koma fram:

1. fullt nafn,

2. kennitala,
3. félag eða héraðssamband sem viðkomandi keppir fyrir á Íslandi.
4. Árangur í hlaupum síðastliðna 12 mánuði þ.e. keppnisstað, dagsetningu, tíma og árangur. Ef mögulegt skal fylgja með hlekkur á þau úrslit sem um ræðir.

4. Hlutleysi og hæfi.

4.1. Við val á keppendum skal gæta hlutleysis í hvívetna. Leitast er við að byggja ákvarðanir á fyrirfram skilgreindum og gagnsæjum viðmiðum samkv. leiðbeiningum þessum.

4.2. Nefndarmaður eða annar sá sem kemur að vali keppanda telst vanhæfur ef:

- a. Hann á sjálfur möguleika á að vera valinn í viðkomandi landslið.
- b. Hann er þjálfari, aðstandandi, vinnur með einum eða öðrum hætti náði að frama íþróttamanns í íþróttinni eða í öðrum nánnum tengslum við íþróttamann sem kemur til greina.
- c. Aðrar ástæður sem eru með þeim hætti að draga má í efa óhlutdrægni hans.

4.3. Sá sem telst vanhæfur skal upplýsa um vanhæfið og víkja frá allri umfjöllun á meðan val fer fram, bæði varðandi aðferðarfræðina sem notuð er eða við við val á keppendum og valið sjálft. Tilgreina skal í fundargerð um vanhæfi nefndarmanns.

4.4 Langhlaupanefnd FRÍ hefur heimild til að óska eftir álitu þriðja aðila meti nefndin að slíkt geti enn frekar stutt við faglegt mat sitt eða ef nauðsyn krefur vegna vanhæfi nefndarmanna.

5. Almennt um valreglur og lágmark

Við val á keppendum/liði skal styðjast við faglegt mat nefndarmanna og skal hafa viðmið=lágmark tilgreind í gr. 6, 7 og 8. gr. að leiðarljósi.

Jöfn kynjahlutföll skulu höfð að leiðarljósi við val keppenda.

Langhlaupanefnd stendur að vali keppenda með eftirfarandi hætti:

5.1 Val byggt á umsóknum frá hlaupurum

Langhlaupanefnd er heimilt að óska eftir tilnefningum/ umsóknum frá hlaupurum varðandi þátttöku í landsliðsverkefnum. Slíkt skal auglýst á vef FRÍ með amk 30 daga fyrirvara áður en val fer fram.

5.2 Val byggt á úrtökumóti

Langhlaupanefnd er heimilt að standa að sérstöku úrtökumótum og nota árangur í slíkum hlaupi sem grundvöll fyrir vali á landsliði.

Slík úrtökumót koma þá að öllu leyti eða að hluta til í staðinn fyrir viðmið tilgreind í leiðbeiningum þessum.

Úrtökumót geta t.d. verið Íslandsmeistaramót eða sérstök úrtökumót sem langhlaupanefnd velur eða heldur.

Ef halda á úrtökumót skal það auglýst á sama tíma og önnur Íslandsmeistaramót í almenningshlaupum eða skv. lögum FRÍ um Íslandsmeistaramót.

5.3 Val byggt á faglegu mati langhlaupanefndar án umsókna frá hlaupurum eða framkvæmd úrtökumóts

Langhlaupanefnd hefur 30 daga til að skila tillögu að landsliði til stjórnar sem ber að taka erindið fyrir á næsta stjórnarfundum og afgreiða það. Öllum hlaupurum sem eru valdir í landslið skal í framhaldi tilkynnt símleiðis um valið.

6. Götuhlaup (10 km, hálf og heilt maraþon)

6.1 Lágmark til keppni:

	10km	Hálfmaraþon	Maraþon
Konur	37:19:00	01:23:12	02:57:38
Karlar	30:57:00	01:08:20	02:25:02

Viðmið hér að ofan útiloka ekki að keppandi sem ekki hefur náð lágmarkum verði valinn. Til að sú verði raunin þarf þó að liggja fyrir árangur eða geta sem langhlaupanefnd telur sambærilegan eða betri en skilgreindur er í gr. 6.1.

6.2. Keppandi skal hafa náð lágmarks viðmiðum á undanförunum 12 mánuðum fyrir mót. Langhlaupanefnd getur ákveðið lengri tímamörk til að ná viðmiðum ef svo ber undir.

7. Víðavangshlaup

Norðurlandamót í víðavangshlaupum er haldið aðra helgi í nóvember ár hvert í reglubundnum takti milli Norðurlandanna fimm. FRÍ tekur þátt í þessu verkefni með landsliði sem valið er með eftirfarandi hætti:

7.1 Íslandsmeistaramót í víðavangshlaupum. FRÍ stendur fyrir Íslandsmeistarmóti í víðavangshlaupi sem haldið er í október ár hvert í samstarfi við aðildarfélag. Íslandsmeistaramót skal auglýst á sama tíma og önnur Íslandsmeistaramót í almenningshlaupum eða skv. lögum FRÍ um Íslandsmeistaramót.

7.2 Langhlaupanefnd FRÍ er heimilt að taka tillit til annara víðavangshlaupa við val á landsliði, t.d. mótaraða í víðavangshlaupum eða sambærilega viðburða. Eins getur nefndin horft til árangurs í götu- eða brautarhlaupum innan sama almannaksárs.

7.3. Val á landsliði skal tilkynnt eigi síðar en viku eftir að Íslandsmóti lýkur.

8. Utanvega- og fjallahlaup.

8.1 Staða hlaupara á afrekslista ITRA (International Trail Running Association).

ITRA heldur utan um afrekslista þar sem hlauparar fá stig á grundvelli árangurs í utanvega- og fjallahlaupum. Flest íslensk utanvegahlaup eru skráð hjá (ITRA) og fjöldinn allur af erlendum hlaupum. Afrekslistinn er aðgengilegur á www.itra.run.

Langhlaupanefnd styðst við skráðan árangur á afrekslista ITRA. Horft er til árangurs síðustu 12 mánuði við val á landsliði.

Eftirfarandi viðmið á almenna listanum (general ranking):

- Efstu konur sem náð hafa 670 stigum
- Efstu karlar sem náð hafa 800 stigum.

Keppandi skal hafi tekið þátt í utanvegahlaupi sem gefur ITRA stig á síðustu 12 mánuðum fyrir valið.

8.2 Val á landsliði skal fara fram eigi síðar en þremur mánuðum fyrir viðkomandi landsliðsverkefni.

10. Meiðsl keppenda

Við val á keppendum skal almennt horft til þess að viðkomandi sé án alvarlegra meiðsla.

Keppendur sem valdir hafa verið til að keppa fyrir hönd Íslands/FRÍ samkvæmt leiðbeiningum þessum skulu upplýsa langhlaupanefnd með skriflegum hætti ef þeir meiðast í aðdraganda þjálfunar fyrir keppni með landsliði eða treysta sér ekki til að taka þátt í keppni af einhverjum orsökum.

11. Liðstjórar á alþjóðleg mót

Langhlaupanefnd FRÍ tilnefnir liðsstjóra landsliða og skal viðkomandi, í samráði við langhlaupanefnd FRÍ, meta hæfni landsliðsmanna til keppni m.t.t. meiðsla eða annara heilsufarsþátta sem hamlað geta þátttöku.

12. Önnur ákvæði

Að öðru leyti er vísað í lög og reglugerðir FRÍ

Saga

4. Sett fram sem ný reglugerð og kynnt á formannafundi FRÍ haust 2024. Reglugerðin tekur yfir þjár leiðbeiningar sem birtar hafa verið á heimasíðu FRÍ.
5. Reglugerð var endurskoðuð, og breytt á 65. Frjálsíþróttapingi 2026, þar sem hert var á skilgreiningum valreglna