**LÖG HÉRAÐSSAMBANDS SNÆFELLSNESS- OG HNAPPADALSSÝSLU**

**1. KAFLI**

**TILGANGUR, MARKMIÐ OG HLUTVERK**

**1. GREIN**

Sambandið heitir Héraðssamband Snæfellsness- og Hnappadalssýslu, skammstafað HSH. Heimili þess og varnarþing er Snæfellsness- og Hnappadalssýsla.

**2. GREIN**

Héraðssamband Snæfellsness- og Hnappadalssýslu er samtök ungmenna- og íþróttafélaga, og annarra slíkra félaga, sem vinna að sömu markmiðum á starfssvæði héraðsnefndar Snæfellinga. Tilgangur HSH er að hafa forystu um sameiginleg hagsmunamál aðildarfélaganna, efla samvinnu þeirra, svo og að vera fulltrúi þeirra jafnt utan héraðs sem innan.

**3. GREIN**

Markmið HSH er að sameina íbúa héraðsins um að efla og vernda sjálfstæði Íslendinga. Markmiði sínu hyggst sambandið ná með eftirfarandi stefnuskrá:

a) Að starfa í anda friðar, jafnréttis og menningarhugsjóna.

b) Að vinna að bindindi og útrýmingu skaðnautna.

c) Að vinna að náttúruvernd og bættri umgengni við landið.

d) Að glæða með fólki áhuga fyrir verndun móðurmálsins og sögu þjóðarinnar.

e) Að efla með fólki tryggð og rækt við heimili, átthaga og ættjörð.

f) Að efla íþróttir og viðhalda þeim meðal félaga innan sambandsins, með því að styrkja

íþróttanámskeið og halda íþróttamót, þar sem fari fram íþróttakeppni og íþróttasýningar, svo oft

sem héraðsþing og stjórn telur nauðsynlegt og framkvæmanlegt.

g) Að efla í hvívetna almenna fræðslu og uppeldisstarf.

h) Að vinna að kynningu æskunnar á sambandssvæðinu og hjálpa félagsmönnum og öðrum

æskulýð til aukins menningarþroska, m.a. með heilbrigðum skemmtunum og málfundastarfsemi.

i) Að vinna að jafnrétti allra manna.

j) Að vinna að öðru leyti samkvæmt stefnuskrá UMFÍ og ÍSÍ.

**4. GREIN**

Hlutverk héraðsambandsins er:

a) Að stjórna sameiginlegum íþróttamálum héraðsins og vera fulltrúi ÍSÍ og UMFÍ, en sérráð er

stofnuð er fara með stjórn sérgreinamála innan héraðsins.

b) Að annast samstarf um íþróttamál við sveitar- bæjarstjórnir og aðra opinbera aðila innan

héraðs.

c) Að varðveita og skipta milli félaganna því fé, sem til þess hefur verið veitt.

d) Að aðstoða við skipulag, undirbúning og framkvæmd íþróttamóta í héraði.

e) Að hafa frumkvæði um eflingu íþróttastarfsins innan héraðs.

f) Að staðfesta lög aðildarfélaga.

g) Að fylgjast með því að starfsemi aðildarfélaga fari fram skv. gildandi lögum þeirra og

íþróttahreyfingarinnar í heild. Vanræki aðildarfélag að halda aðalfund á tilsettum tíma, skal

stjórn héraðsambandsins, ef þörf krefur, boða til fundarins og sjá um framkvæmd hans.

**2. KAFLI**

**RÉTTINDI OG SKYLDUR AÐILDARFÉLAGANNA**

**5. GREIN**

Öll félög, sem vinna að sömu markmiðum og HSH og hafa aðsetur í Snæfellsness- og Hnappadalssýslu, hafa réttindi til að gerast aðilar að sambandinu, enda fullnægi þau þeim skilyrðum, sem sett eru á hverjum tíma

**6. GREIN**

Skilyrði fyrir inngöngu í héraðssambandið er:

a) Félagið vinni að sömu markmiðum og HSH.

b) Að félagið sendi lög sín, skýrslur um stofndag, félagafjölda og stjórn félagsins til stjórnar HSH og

að lögin séu í samræmi við lög og reglur HSH, ÍSÍ og UMFÍ

c) Þegar félag hefur uppfyllt öll ákvæði og skyldur, nýtur það þegar keppnisréttar á mótum HSH,

en annarra réttinda nýtur félagið ekki fyrr en sex mánuðum eftir að héraðsþing HSH hefur

samþykkt inngöngu þess í sambandið.

**7. GREIN**

Öllum sambandsfélögum er skylt að halda skrá yfir félaga sína. Í skránni skal standa nafn, kennitala og hvenær viðkomandi gekk í félagið. Sambandsfélögin skulu senda HSH afrit og breytingar á skránni með starfsskýrslum .

**8. GREIN**

Héraðsþing HSH ákveður skattgreiðslur félaga. Skatt þurfa félög að inna af hendi til HSH fyrir árslok ár hvert og miðast skattgreiðslur við tölu skattskyldra félaga, 16 ára og eldri, eins og þeir voru í skýrslu síðastliðins árs. Skýrslu- og reikningsár HSH er almanaksárið.

**9. GREIN**

Sambandsfélög HSH skulu senda yfirlitsskýrslur yfir störf síðastliðins árs fyrir 15. janúar hvert ár, til birtingar í ársskýrslu HSH. Í þessari yfirlitsskýrslu komi fram það helsta, sem gerðist á árinu innan viðkomandi félags.

**10. GREIN**

Félög, sem ekki hafa greitt lögboðin gjöld eða sent ársskýrslur fyrir 15.apríl missa atkvæðisrétt sinn á næsta héraðsþingi HSH. Hafi skýrslur eða gjöld ekki borist næsta ár á eftir, skal héraðsþing taka ákvörðun um hvort félaginu skuli vikið úr sambandinu og ef ekki, hvort og þá hvernig skuli refsa því.

**11. GREIN**

Víkja má félagi úr HSH um stundarsakir ef það brýtur gildandi lög, reglur eða ákvæði HSH og/eða lög sérsambanda, sem sambandið á aðild að.

**12. GREIN**

Félag, sem misst hefur réttindi sín, getur ekki öðlast þau aftur, nema það fullnægi settum refsiákvæðum, eða ef um vanskil er að ræða, gert full skil.

**13. GREIN**

Vilji félag ganga úr sambandinu skal það senda skriflega úrsögn fyrir héraðsþing. Er úrsögn ógild ef síðar kemur. Eigi getur félag, sem gengur úr sambandinu, krafist endurgjalds á fé, sem það hefur lagt til sambandsins. Einnig sé það með öllu skuldlaust við sambandið.

**3. KAFLI**

**STJÓRN HSH**

**14. GREIN**

HSH er stjórnað af þessum aðilum:

a) Héraðsþingi.

b) Stjórn.

**15. GREIN**

Héraðsþing HSH er fulltrúaþing og hefur hvert félag rétt til að senda:

2 fulltrúa fyrir fyrstu 50 félagsmenn   
3 fulltrúa fyrir hverja 51-150félagsmenn   
4 fulltrúa fyrir hverja 151-300 félagsmenn   
5 fulltrúa fyrir hverja 301- félagsmenn

Aðrir þingfulltrúar skulu skráðir á kjörbréf, sem stjórn HSH leggur til.

**16. GREIN**

Héraðsþing HSH skal halda fyrir 15. apríl ár hvert. Til þess skal boða með ábyrgðarbréfi eða í símskeyti með 30 daga fyrirvara. Skriflegt fundarboð, síðara fundarboð skal senda með eigi minna en einnar viku fyrirvara stjórnum allra sambandsfélaga og sérráða HSH og skal fylgja því dagskrá þingsins svo og framkomnar tillögur um lagabreytingar og önnur mál. Héraðsþing er löglegt sé löglega til þess boðað og helmingur kjörinna fulltrúa mættur.

**17. GREIN**

Á héraðsþingi HSH eiga sæti fulltrúar þeir, sem sambandsfélögin hafa kjörið til þingsetu eftir ákvæðum 16. greinar. Heimild til þingsetu með tillögurétti og málfrelsi hafa, auk stjórnar HSH, fulltrúar frá landssamtökum og sérsamböndum, sem HSH á aðild að, svo og fulltrúar ríkis, sveitarfélaga og sýslu um æskulýðs- og íþróttamál.

**18. GREIN**

Tilhögun héraðsþingsins skal vera þessi:

1.Þingsetning.

2.Tilnefning þingforseta, varaþingforseta og tveggja þingritara.

3. Skipun kjörbréfanefndar.

4. Skýrsla stjórnar.

5. Lagðir fram endurskoðaðir reikningar.

6.Umræður um skýrslu stjórnar og reikningar lagðir fram til samþykktar.

7. Kosning nefnda þingsins:

a)Fjárhagsnefnd.

b)Íþróttanefnd.

c)Allsherjar- og laganefnd.

8. Ávörp gesta

19. Fjárhagsáætlun lögð fram.

10. Framkomnar tillögur lagðar fram og vísað til nefnda.

11. Nefndarstörf.

12. Nefndaálit, umræður og atkvæðagreiðslur.

13. Kosningar:

a) Formaður HSH

b) Aðrir í stjórn og varastjórn.

c) Tveir skoðunarmenn og tveir til vara.

d) Ráð og nefndir skv. gildandi samþykktum og reglugerðum.

e) Uppstillinganefnd, 4 af formönnum aðildarfélaga HSH, sem starfar fram að

næsta héraðsþingi.

f) Kosning fulltrúa á Íþróttaþing ÍSÍ

14. Önnur mál.

15. Þingslit.

Öllum meiriháttar málum skal vísað til nefnda. Fjárhagsnefnd skal fjalla um reikninga, reikningsyfirlit og fjárhagsáætlun næsta árs.

**19. GREIN**

Við atkvæðagreiðslu almennra mála á héraðsþingi HSH og í kosningum ræður einfaldur meirihluti atkvæða viðstaddra atkvæðisbærra fulltrúa, en til lagabreytinga þarf 2/3 hluta sömu fulltrúa. Lögum sambandsins má eigi breyta nema á héraðsþingi.

**20. GREIN**

Aukaþing skal halda ef:

a)Tilmæli koma frá stjórnum landssamtaka.

b)Tilmæli koma frá a.m.k. 2/5 sambandsfélaganna.

**21. GREIN**

Í stjórn HSH eiga sæti 5 menn; formaður, varaformaður, ritari, gjaldkeri og meðstjórnandi, sem kjörnir eru af Héraðsþingi HSH. Kosinn skal formaður til eins árs í senn en aðrir stjórnarmenn til 2 ára. Formenn aðildarfélga HSH skipti með sér setu í varastjórn, 4 formenn eitt ár í senn.

**22. GREIN**

Stjórn HSH skal gera ráðum sambandsins erindisbréf að loknu héraðsþingi. Í erindisbréfum ráða skulu koma fram sérstök verkefni viðkomandi ráðs á starfsárinu.

**23. GREIN**

Stjórn HSH skal halda sambandsráðsfund með formönnum sambandsfélaga og ráða. Að hausti, á haustfundi skal sumarstarfið metið og gerð áætlun um störf vetrarins eftir því sem við verður komið.

**24. GREIN**

Stjórn HSH getur skipað nefndir innan sinna vébanda til þess að sjá um framkvæmd einstakra mála. Einnig getur hún falið félagi ákveðin verkefni, sem því er skylt að leysa af hendi svo vel sem því er unnt. Stjórn HSH skal semja fyrirfram við viðkomandi félag um skiptingu kostnaðar vegna verkefnisins.

**25.. GREIN**

Gera skal skýrslur um öll íþróttamót og senda til stjórnar HSH sem skal veita þeim viðtöku og geyma í skjalasafni sínu. Stjórn HSH skal skylt að senda sambandsfélögum sínum afrit af öllum fundum sínum, svo og skýrslur af mótum sambandsfélaganna.

**26. grein  
Lögum þessum breytt 23 febrúar 2010 og öðlast þegar gildi**

**4. KAFLI**

**REGLUGERÐ UM SKIPTINGU LOTTÓTEKNA HSH**

1. 42% til HSH

2. 58 % til félaganna, sem skiptist á eftirfarandi hátt:

a) 5% jafnt milli félaga.

b) 15% skiptast milli starfandi félaga, eftir fjölda félagsmanna.

Starfandi telst félag sem uppfyllir eftirfarandi skilyrði:

1) Heldur aðalfund samkvæmt félagslögum.

2) Skilar fullnægjandi skýrslum.

3) Sendir fulltrúa á þing HSH og sambandsráðsfundi.

4) Stendur fyrir virku félags-og íþróttastarfi.

c) 5% skiptist milli þeirra félaga sem senda fulltrúa á héraðsþing HSH.

Þessi greiðsla sé í réttu hlutfalli við fjölda mættra fulltrúa hvers félags.

d) 65% skiptist hlutfallslega milli félaga eftir reiknuðum íbúafjölda á félagssvæði hvers

félags. Reiknuð íbúatala skal ekki vera hærri en þreföld félagstala hvers félags og

ekki hærri en skráður íbúafjöldi skv. manntali 1.desember næstliðisins árs.Félög sem

starfa á öllu félagssvæði HSH skulu fá reiknaðan íbúafjölda sem er íbúafjöldi

svæðisins deilt með fjölda sveitarfélaga.

e) 10% renni til Landsmótssjóðs HSH.

**REGLUGERÐ UM ÍÞRÓTTAMANN HSH**

**1.grein**

Héraðssamband Snæfellsness- og Hnappadalssýslu veitir árlega heiðursviðurkenninguna „ÍÞRÓTTAMAÐUR HSH“ þeim íþróttamanni á sambandsvæði HSH, sem þótt hefur skara fram úr á íþróttasviðinu á því ári. Viðurkenning þessi er tengd minningu Pálma Frímannsssonar.

**2.grein**

Þeim íþróttamanni sem valinn er „íþróttamaður HSH“ skal afhentur bikar til varðveislu í eitt ár. Auk þess skal hann fá minni grip til eignar.

**3.grein**

Aðildarfélög HSH skili árlega tilnefningu eins íþróttamanns hverrar iðkaðrar greinar viðkomandi félags, til aðalstjórnar eigi síðar en 10. nóvember. Með tilnefningunni skal fylgija greinargerð um íþróttalegan árangur, svo sem met, ástundun við æfingar og fl. Miðað skal við viðkomandi sé 15 ára og eldri. Hvert fagráð velur íþróttamann sinnar greinar úr tilnefningum sem borist hafa frá aðildarfélögum.

**4.grein**

Aðalstjórn HSH kalli saman kjörfund vegna íþróttamanns HSH eigi síðar en 10 desember ár hvert. Atkvæðisrétt á fundinum hafi stjórn og varastjórn HSH. Atkvæðagreiðsla skal vera leynileg.

**5.grein**

Kosning fari þannig fram, kjörmenn riti 3 nöfn á sinn kjörseðill. Kjörseðill telst einungis gildur með 3 nöfnum. Ef 2 eða fleiri eru jafnir að kosningu lokinni skal kjósa milli þeirra þar til úrslit fást.

**6.grein**

Útnefning íþróttamanns HSH fari fram á héraðsþingi HSH eða við annað tækifæri sem stjórn ákveði.

**REGLUGERÐ UM STARFSEMI RÁÐA HSH**

**1. ALMENN ÁKVÆÐI.**

Á héraðsþingi HSH ár hvert skal kosið í eftirfarandi ráð: Frjálsíþróttaráð, knattspyrnuráð,

körfuknattleiksráð, golfráð, blakráð,skíðaráð, sundráð og glímuráð. Formenn allra ráðanna skulu tilnefndir á héraðsþingi. Við val á fulltrúum í ráðin skal leitast eftir að velja fólk, sem tilbúið er að leggja á sig þá vinnu, sem seta í ráðinu útheimtir. Ekki skal búseta eða það í hvaða félagi viðkomandi er skipta máli við val á fulltrúum í ráðinu. Stjórn skal vera heimilt að fela einstaka ráði ýmis sérverkefni þó þar sé ekki um að ræða samþykktir héraðsþings. Ekkert ráð kosið af héraðsþingi HSH hefur ákvörðunnarrétt í meiriháttar málum og getur ekki tekið á sig fjárhagslegar skuldbindingar. Kjörtímabil ráðanna skal vera milli héraðsþinga.

**2. SÉRÁKVÆÐI:**

**FRJÁLSÍÞRÓTTARÁÐ:**

1. Ráðið skal skipað 5 mönnum og 3 til vara.

2. Hlutverk ráðsins er að hafa umsjón með mótahaldi í frjálsíþróttum á vegum HSH.

Einnig skal ráðið annast val á keppendum sem keppa í nafni HSH út á við.

3. Ráðið skal eigi síðar en 1 desember ár hvert velja frjálsíþróttamann HSH

4. Ráðið skal leggja fram tillögur að mótaskrá ársins fyrir héraðsþing svo og tillögur um þátttöku í

mótum út á við ef hægt er.

5. Hlutverk ráðsins er skipulagning og framkvæmd verkefna sem þing HSH og stjórn

HSH hefur ákveðið.

6. Komi upp ágreiningur um störf frjálsíþróttaráðs skal vísa honum til héraðsdóms eða stjórnar HSH.

7. Frjálsíþróttaráði ber að starfa eftir reglum HSH, FRÍ, UMFÍ og ÍSÍ.

**KNATTSPYRNURÁÐ:**

1. Ráðið skal skipað 6 aðalmönnum og 3 til vara.

2. Hlutverk ráðsins er að hafa yfir umsjón með héraðsmóti HSH í knattspyrnu þ.e.undirbúningur og

framkvæmd. Þá skal ráðið einnig annast val á knattspyrnuliði HSH ef til kemur (t.d. vegna þáttöku

í knattspyrnukeppni á Landsmóti UMFÍ).

3. Ráðið skal eigi síðar en 1 desember ár hvert velja knattspyrnumann HSH

4. Ráðið skal gera tillögur um mótaskrá næsta keppnistímabils og leggja fram í lok maí.

Hún skal send út til kynningar og óskað eftir athugasemdum svo fljótt sem auðið er. Ef um er að

ræða frestun á leik, þurfa viðkomandi félög/þjálfarar að koma fram ósk um slíkt í síðasta lagi 2

sólarhringum fyrir tilsettan leikdag. Knattspyrnuráð tekur ákvörðun eftir að hafa hlustað á rök

beggja forráðamanna liðanna. Úrslit fjölliðamóta og allra leikja skal senda framkvæmdastjóra.

Þá skal einnig tilgreina nöfn þeirra sem skoruðu mörkin, fengu áminningar eða var vísað af

leikvelli. Einnig þarf að koma fram nafn dómarans og fæðingadagur hans, dómari sé a.m.k. 16

ára.

5. Komi upp ágreiningur um störf knattspyrnuráðs eða framkvæmd á héraðsmótum HSH

knattspyrnu, skal því vísað til Íþróttadómsstóls ÍSÍ.

6. Knattspyrnuráði ber að starfa skv. lögum HSH, KSÍ, UMFÍ og ÍSÍ.

**KÖRFUKNATTLEIKSRÁÐ:**

1. Ráðið skal skipað 3 aðalmönnum og 1 til vara.

2. Hlutverk ráðsins er að hafa yfirumsjón með keppni í körfuknattleik á vegum HSH.

Einnig skal ráðið annanst val á körfuknattleiksliði HSH ef til kemur.

3. Ráðið skal eigi síðar en 1. desember ár hvert velja körfuknattleiksmann HSH.

4. Ráðið skal leggja fyrir héraðsþing tillögur um mótaskrá fyrir næsta keppnistímabil, ef því verður við

komið.

5. Komi upp ágreiningur um störf körfuknattleiksráðs eða framkvæmd héraðsmóta í körfuknattleik,

skal því vísað til Íþróttadómstóls ÍSÍ.

6. Körfuknattleiksráði ber að starfa samkvæmt lögum HSH, KKÍ, UMFÍ og ÍSÍ.

**SUNDRÁÐ:**

1. Ráðið skal skipað 5 aðalmönnum og 3 til vara.

2. Hlutverk ráðsins er að hafa yfirumsjón með mótum HSH í sundi.Einnig skal ráðið annast val á

keppendum HSH sem keppa í nafni HSH út á við.

3. Ráðið skal eigi síðar en 1 demsember ár hvert velja sundmann HSH.

4. Ráðið skal leggja fyrir héraðsþing tillögur um mótaskrá fyrir næsta keppnistímabil og einnig

tillögur um þátttöku í mótum út á við ef þess er kostur.

5. Komi upp ágreiningur um störf sundráðs eða framkvæmd héraðsmóta í sundi, skal því vísað til

Íþróttadómsstóls ÍSÍ.

6. Sundráði ber að starfa samkvæmt lögum HSH, SSÍ, UMFÍ og ÍSÍ.

**BLAKRÁÐ:**

1. Ráðið skal skipað 5 aðalmönnum og 3 til vara.

2. Hlutverk ráðsins er að hafa yfir umsjón með héraðsmótum í blaki. Einnig skal ráðið annast val á

keppendum til þátttöku í mótum út á við.

3. Ráðið skal eigi síðar en 1 demsember ár hvert velja blakmann HSH.

4. Ráðið skal leggja fyrir héraðsþing HSH tillögur að mótaskrá næsta árs svo og þáttöku í mótum út

á við ef kostur er.

5. Komi upp ágreiningur með störf blakráðs eða héraðsmóts í blaki skal því vísa til Íþróttadómsstóls

ÍSÍ.

6. Blakráði ber að starfa samkvæmt lögum HSH,BLSÍ, UMFÍ og ÍSÍ.

**GOLFRÁÐ:**

1. Ráðið skal skipað 4 aðalmönnum sem skulu vera formenn golfkúbba inna HSH. Hlutverk ráðsins er að hafa yfir umsjón með héraðsmótum í golfi. Einnig skal ráðið annast val á keppendum sem keppa í nafni HSH á mótum út á við.

3. Ráðið skal eigi síðar en 1 desember ár hvert velja kylfing HSH

4. Ráðið skal leggja fyrir héraðsþing HSH tillögur að mótum næsta keppnistímabils og þátttöku í

mótum út á við ef þess er kostur.

5. Komi upp ágreiningur um störf golfráðs eða héraðsmót í golfi skal þeim vísað til Íþróttadómsstóls ÍSÍ.

1. Golfráð skal starfa samkvæmt lögum HSH, GSÍ, UMFÍ og ÍSÍ.

**GLÍMURÁÐ:**

1. Glímuráð skal skipað 3 aðalmönnum og 3 til vara.

2. Hlutverk ráðsins er að hafa yfir umsjón með mótahaldi í glímu á vegum HSH. Einnig skal ráðið annast val á keppendum sem keppa í nafni HSH út á við sem og að skipuleggja slíkar ferðir.

3. Ráðið skal eigi síðar en 1 desember ár hvert velja glímumann HSH.

4. Ráðið skal leggja fram tillögur að mótaskrá ársins fyrir héraðsþing, svo og þátttöku í mótum út á við ef hæg er.

5. Hlutverk ráðsins er skipulagning og framkvæmd verkefna sem þing HSH og stjórn

HSH hefur ákveðið.

6. Komi upp ágreiningur um störf glímuráðs eða héraðsmóta í glímu skal því vísað til

Íþróttadómsstóls ÍSÍ.

7. Glímuráði ber að starfa eftir lögum HSH, GLÍ,UMFÍ og ÍSÍ.

**REGLUGERÐ UM HÉRAÐSMÓT HSH Í FRJÁLSÍÞRÓTTUM**

**1.grein:**

Héraðsmót HSH fyrir alla aldursflokka skulu haldin ár hvert. Dagsetningar skulu vera samkvæmt tillögu frjálsíþróttaráðs. Keppt skal í eftirtöldum aldursflokkum og greinum á mótunum.

**Á Barnamóti. 10 ára og yngri**

**8 ára og yngri.**

Keppni skal fara fram í þremur greinum sem frjálsíþróttaráð ákveður hverju sinni.

**9 ára.**

60m hlaup, 600m hlaup,langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp (2kg) og boltakast (80gr).

**10 ára.**

60m hlaup, 600m hlaup,langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp (2kg) og boltakast (80gr).

Sjá nánar kafla, almennt um mótin.

**Á Unglingamóti. 11 til 18 ára**

**11 ára.**

60m hlaup, 800m hlaup,60m grindahlaup, langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp, spjótkast, 4x 100m boðhlaup.

**12 ára.**

60m hlaup, 800m hlaup,60m grindahlaup, langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp, spjótkast, 4x100m boðhlaup.

**13 ára.**

100m hlaup, 800m hlaup, 80m grindahlaup, langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp, kringlukast, spjótkast, 4x100m boðhlaup.

**14 ára.**

100m hlaup, 800m hlaup,80m grindahlaup, langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp, kringlukast, spjótkast, 4x100m boðhlaup.

**Meyjar.15-16 ára.**

100m hlaup, 200mhlaup, 800m hlaup, 80m grindahlaup, 100m grindahlaup, langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp, kringlukast, spjótkast, 4x100m boðhlaup.

**Sveinar. 15-16 ára.**

100m hlaup, 200mhlaup, 800m hlaup, 80m grindahlaup, 100m grindahlaup, langstökk með atrennu, hástökk með atrennu, kúluvarp, þrístökk með atrennu, kringlukast, spjótkast, 4x100m boðhlaup.

**Stúlkur. 17-18. ára**

100m hl, 200m hl, 800m hl, 100m gr.hl, hástökk m.atr., langstökk m.atr., kúluvarp, kringlukast, spjótkast, 4x100m hl.

**Drengir.17-18. ára**.

100m hl., 200m hl., 800m hl., 1500m hl., 110m gr.hl., hástökk m.atr., langstökk m.atr., þrístökk m.atr., kúluvarp,kringlukast, spjótkast, 4x100m.hl.

Sjá nánar kafla, almennt um mótin.

**Á Héraðsmóti**.

**Karlar**

100m hl., 800m hl., 3000m hl., langstökk m. atr., hástökk m. atr., þrístökk m. atr., kúluvarp, kringlukast, spjótkast, sleggjukast, 4x100m boðhlaup.

**Konur**

100m hl. 800m hl., 3000m hl., langstökk m. atr., hástökk m. atr., kúluvarp, kringlukast, spjótkast, 4x100 m. hl.

**Á Öldungamóti.**

**Karlar 30 ára og eldri.**

100m hl., 800m hl., 3000m hl., langstökk m.atr., hástökk m. atr., spjótkast, kringlukast, kúluvarp, sleggjukast.

**Konur 30. ára og eldri.**

100m hl., 800m hl., 3000m hl., hástökk m. atr., langstökk m. atr., kúluvarp, kringlukast, spjótkast.

Sjá nánar kafla, almennt um mótin.

**Á Innanhúsmóti.**

Hnokkar og Hnátur.

8 ára og yngri. Þrjár greinar sem frjálsíþróttaráð ákveður hverju sinni.

Hnokkar og Hnátur.

9-10 ára. 35m hl., 600m hl., langstökk með og án atr., hástökk m. atr., kúluvarp.

Strákar og Stelpur.

11-12 ára. 35m hl., 600m hl., langstökk með og án atr., hástökk m.atr., kúluvarp.

Piltar og Telpur.

13-14 ára. 35m hl., 600m hl., langstökk með og án atr., þrístökk ánatr., kúluvarp.

Sveinar og Meyjar.

15 ára. 35m hl., langstökk með og án atr., hástökk með og án atr., þrístökk án atr., kúluvarp.

Sveinar og Meyjar.

16 ára. 35m hl., langstökk með og án atr., hástökk með og án atr., þrístökk án atr., kúluvarp.

Karlar og Konur.

17 ára og eldri. 35m hl., langstökk með og án atr., hástökk með og án atr., þrístökk án atr., kúluvarp.

Sjá nánar kafla, almennt um mótin.

**Almennt um mótin.**

**2.grein.**

Að öðru leyti skal keppt eftir reglum FRÍ. Þyngd kastáhalda og hæð grinda skal miða við þær reglur.

**3.grein.**

Hver keppandi má mest keppa í 5 greinum auk boðhlaupa.

**4.grein.**

Mótin skulu vera formleg stigakeppni milli félaganna. Á Unglinga- , Héraðs , Öldunga- og Innanhúsmóti í aldursflokkur 11-18 ára , fá 6 fyrstu í hverri grein stig.6.stig fyrir 1.sæti , 5.stig fyrir 2.sæti , 4. stig fyrir 3.sæti , 3.stig fyrir 4.sæti , 2.stig fyrir 5.sæti , 1.stig fyrir 6.sæti.

**5.grein.**

Keppt skal um farandgrip, sem vinnst til eignar ef félag vinnur mót þrisvar í röð eða fimm sinnum alls.

**6.grein.**

Börn 10 ára og yngri skulu ekki telja til stiga i stigakeppni milli félaga.

**7.grein**.

Þrír efstu menn í hverri grein skulu hljóta verðlaunapening í aldursflokkum 11.ára og eldri , en þátttökuviðurkenning skal veitt fyrir aldursflokka 10. ára og yngri.

**8. grein**.

Á Héraðsmóti HSH skal veitt viðurkenning fyrir besta afrek bæði í kvenna og karlaflokki. Einnig skal veitt viðurkenning í sömu flokkum fyrir stigahæsta einstakling og skulu

4 bestu greinar gilda til stiga.

**9.grein.**

Á Öldungamóti skal aldur keppenda miðaður við fæðingarárið.

Heimilt er að auglýsa Öldungamót með þeim hætti að skráning fari fram á staðnum.

**10.grein**.

Þau aðildarfélög HSH sem senda keppendur á viðkomandi mót , skulu skila inn skráningum í síðasta lagi 3. dögum fyrir mót. Þannig skal skráning fyrir mót sem fer fram á sunnudegi skilað til HSH eigi síðar en kl:12:00 á fimmtudegi. Það félag sem ekki skilar skráningu fyrir tilskilinn tíma missir rétt til þátttöku á því móti.

**11.grein.**

Þátttökugjald á mótum HSH skal vera samkvæmt ákvörðun héraðsþings hverju sinni. (frjálsum, knattspyrnu, og sundi verði sem hér segir 250. kr. á keppanda í einstaklingsgreinum og kr.2500. á lið í hópíþróttum.)

**12.grein**

Ekki skal útiloka neinn frá keppni heldur skulu þeir sem ekki teljast fullgildir keppendur hafa heimild samkvæmt ákvörðun mótstjóra, til að keppa sem gestir og þá án rétts til stiga eða verðlauna.

**13.grein**

Áður en mót hefjast skal viðkomandi mótstjórn kalla saman tæknifund með liðstjórum ( þjálfurum, fararstjórum ) allra keppnisliða og starfsmönnum mótsins , á fundi þessum skal yfirfara skráningar og nafnabreytingar gerðar ef þörf krefur , keppnisgreinar skulu yfirfarnar og mótstjóri tilkynnir á hvern hátt mótið skuli ganga fyrir sig.

HÉRAÐSMÓT HSH Í GOLFI

REGLUGERÐ

# 1.gr.

Héraðsmótið er golfmót golfklúbbanna á Snæfellsnesi, golfklúbbs Staðarsveitar, Mostra, Vestarr og Jökuls. Þátttökurétt hafa fullgildir félagar í þessum klúbbum.

# 2.gr.

Mótið skal haldið í júlí ár hvert á völlum klúbbanna til skiptis, í þeirri röð, sem áður er upp talin, þ.e. öfugur sólargangur, fyrst hjá golfklúbbi Staðarsveitar og síðan koll af kolli.

# 3.gr.

Ákvörðun um mótsdag og þátttökugjald skal tekin á sameiginlegum fundi forsvarsmanna klúbbanna í byrjun hvers árs.

# 4.gr.

Mótanefnd viðkomandi klúbbs skal sjá um framkvæmd mótsins og útvegun verðlauna. Kostnaður vegna kaupa á farandgripum skiptist jafnt á milli klúbbanna fjögurra. Klúbbar þeirra sem vinna til farandverðlauna skulu sjá um áritun á farandgripi.

# 5.gr.

Mótið skal vera sveitakeppni klúbbanna og teljast skor 6 bestu með forgjöf frá hverjum klúbbi, árangur sveitarinnar. Samhliða keppninni skal haldin 18 holu höggleikskeppni með og án forgjafar. Keppt er um héraðsmeistaratitil í flokkum karla og kvenna, svo og drengja og stúlkna 15 ára og yngri. Karlar leika af klúbbteigum (gulum), konur og unglingar leika af fremri teigum (rauðum). Unglingum er heimilt að keppa í flokki fullorðinna, leika þeir þá af teigum viðkomandi flokks og taka ekki þátt í unglingaflokki jafnframt. Að öðru leiti skal leika samkvæmt lögum og reglum GSÍ.

# 6.gr

Hámarksforgjöf skal vera **32 högg.**

# 7.gr

Einstaklingar í sveit þeirri sem vinnur sveitakeppnina skulu hljóta viðurkenningu (verðlaunapening) og klúbbur þeirra varðveita farandgrip til næstu keppni. Veitt skulu 1., 2. og 3. verðlaun með og án forgjafar til einstaklinga í hverjum flokki. HSHmeistari í hverjum flokki skal varðveita farandgrip til næstu keppni og að auki fá grip til eignar, en önnur verðlaun skulu vera verðalaunapeningar.

# 8.gr

Ef tveir eða fleiri keppendur verða jafnir í verðlaunasæti, skulu eftirfarandi reglur gilda til að ákvarða úrslit: a) Um titlana HSHmeistari skal leikinn bráðabani. b) Um önnur sæti án forgjafar gilda uppgjörsreglur GSÍ (Síðustu 9 – 6 – 3 – 1 – hlutkesti) c) Um sæti með forgjöf og sæti í sveitakeppni: Á sama hátt og b) með hlutfallslegri forgjöf. Verði sveitir jafnar þegar skor 6 bestu hefur verið lagt saman, þá er skor 7 leikmanns tekið og ef þá er enn jafnt, er skor 8 leikmanns tekið og síðan koll af kolli.

**9.gr**

Reglugerð um Héraðsmót HSH í golfi öðlast gildi þegar stjórnir viðkomandi klúbba hafa samþykkt hana. Breytingar á reglugerðinni má gera með samþykki þriggja klúbba.

**Reglugerð fyrir sundmót HSH**

**1.gr.**

Mótin skulu haldin frá 20. maí til 5. september ár hvert. Mótsstaður skal ákveðinn á héraðsþingi og heimamönnum falin framkvæmd mótsins.

**2.gr.**

Hvert félag, sem mætir til keppni á mótunum, skal hafa fararstjóra samkvæmt reglum HSH og SSÍ.

**3. gr**.

Þátttökugjöld á mótum er ákveðið á héraðsþingi

**HÉRAÐSMÓT**

Keppt skal í karla og kvennagreinum. Röð keppnisgreina skal vera eftirfarandi:

1-2 50m flugsund

3-4 200m bringusund

HLÉ

5-6 50m baksund

7-8 100m bringusund

9-10 50m skriðsund

11-12 100m fjórsund

HLÉ

4\*50m boðsund frjáls aðferð

Mótið er stigamót og veitast 4,3,2 og 1 stig fyrir 1., 2., 3., 4. sæti. Veita skal verðlaun fyrir 1., 2., og 3. sæti þar með talin boðsund. Farandbikar veitist fyrir stigahæsta félag á mótinu og einnig fyrir stiga hæsta sund í báðum flokkum ( skv. stigatöflu), ásamt eignarviðurkenningu (t.d. stórum verðlaunapeningi.) Heimilt er að keppa í aukagreinum svo sem boðsundum og einstaklingsgreinum, án stiga og verðlauna, enda sé frá því gengið á tæknifundi fyrir mótsbyrjun.

**BARNA-OG UNGLINGAMÓT**

Keppt skal í aldursflokkunum ; 8 ára og yngri, 9-10 ára, 11-12 ára, 13-14 ára, 15-16 ára og 17-18 ára. Keppt skal í eftirtöldum greinum og skal röð þeirra vera eftirfarandi:

1.-6. 100 m. bringusund (13-14 ára, 15-16 ára, 17-18 ára)

7.-8. 25 m. bringusund (10 ára og yngri)

9.-16. 50 m. bringusund (11-12 ára, 13-14 ára, 15-16 ára, 17-18 ára)

17.-20. 25 m. skriðsund (10 ára og yngri,11-12 ára)

21.-26. 50 m. skriðsund (13-14 ára, 15-16 ára, 17-18 ára )

27.-30 25 m. baksund (10 ára og yngri, 11-12 ára )

31.-36. 50 m. baksund ( 13-14 ára, 15-16 ára 17-18 ára)

37.-42. 25 m. flugsund (10 ára og yngri, 11-12 ára, 13-14 ára)

43.-46. 50 m. flugsund ( 15-16 ára, 17-18 ára)

47.-50. 100 m. fjórsund (15-16 ára, 17-18 ára)

51.-52. 4x50 m.frjáls aðferð (17-18 ára)

Mótið er stigamót og veitast 4,3,2 og 1.sæti fyrir 1.,2.,3., og 4.sæti veita skal verðlaun fyrir 1., 2., 3.sæti, þar með talin boðsund. Einungis eru veittar þátttökuviðurkenningar fyrir 10 ára og yngri. Farandbikar veitist stigahæsta félaginu á mótinu.

**Æskusundmót HSH, UMSS, UMSB, USVH**

1. Keppt er um farandbikar sem gefinn er til keppni í sundi milli , UMSS, UMSB, USVH. Ef eitthvert liðanna getur ekki mætt er gestgjafa heimilt að bjóða öðru liði til keppni í staðinn. Gestalið keppa ekki til stiga.

2. Allir keppendur 10 ára og yngri fái viðurkenningu fyrir þátttöku.

3. Röð keppnisgreina breytist frá því sem nú er, þannig:

1. 100m bringusund drengja

2. 100m bringusund telpna

3. 50m bringusund sveina

4. 50m bringusund meyja

5. 25m bringusund hnokka

6. 25m bringusund hnáta

7. 50m baksund drengja

8. 50m baksund telpna

9. 50m baksund sveina

10. 50m baksund meyja

11. 25m baksund hnokka

12. 25m baksund hnáta

13. 50m flugsund drengja

14. 50m flugsund telpna

15. 50m flugsund sveina

16. 50m flugsund meyja

17. 25m flugsund hnokka

18. 25m flugsund hnáta

19. 100m skriðsund drengja

20. 100m skriðsund telpna

21. 50m skriðsund sveina

22. 50m skriðsund meyja

23. 25m skriðsund hnokka

24. 25m skriðsund hnáta

25. 4x50m frjáls aðferð drengja

26. 4x50m frjáls aðferð telpna

27. 4x50m frjáls aðferð sveina

28. 4x50m frjáls aðferð meyja

29. 4x25m frjáls aðferð hnokka

30. 4x25m frjáls aðferð hnáta

Samþykkt .

**Breytt 27.02.2008**