



<b>Regla</b>	<b>UPPHAF SUNDS</b>
2.3.2	Töf eða vísvitandi brot við ræsingu (yfirdómari dæmir þetta).
4.4	Keppandi hefur ræsingu áður en rásmerki er gefið (þjófstart).
	<b>SKRÍÐSUND</b>
5.2	Snertir ekki bakkann við snúning eða í lok sunds.
5.3	Keppandi á kafi (nema fyrstu 15m eftir start eða snúning) á meðan á sundi stóð. Höfuð keppenda brýtur ekki vatnsyfirborðið innan við eða á 15 metrum eftir start eða snúning.
	<b>BAKSUND</b>
6.1	Báðar hendur ekki á ráspallshandföngum, stendur í affallsrennu eða beygir tær inn fyrir affallsrennu. Að minnsta kosti ein tía á hvorum fæti er ekki í snertingu við endavegg eða yfirborð snertiplata þegar notaður er bakssunds búnaður
6.2	Keppandi fer af bakinu nema við framkvæmd á samfelldum snúningi.
6.3	Keppandi er allur á kafi (nema fyrstu 15m eftir start eða snúning) á meðan á sundi stendur. Höfuð keppenda brýtur ekki vatnsyfirborðið innan við eða á 15 metrum eftir start eða snúning.
6.4	Framkvæmd snúnings hefst ekki um leið og keppandi fer af bakinu (ósamfelldur snúningur). Snúningur ekki framkvæmdur við lok armsveiflna eftir að keppandi fer af bakinu (rennsli). Keppandi snertir ekki bakkann í snúningi. Keppandi er ekki kominn í bakstöðu þegar spyrnt er frá bakka.
6.5	Keppandi lýkur ekki sundinu á bakinu.
	<b>BRINGUSUND</b>
7.1	Fleiri en eitt flugsundsfótatak notað í upphafi sunds eða eftir snúning Höfuð rýfur ekki vatnsyfirborð áður en hendur færast að líkamanum eftir víðasta hluta annars handasundtaks í upphafi sunds eða eftir snúning. Líkami er ekki á bringunni meðan á sundi stendur (nema í snúningi).
7.2	Bringusundshringur er ekki eitt handatak og eitt fótatak í þeirri röð. Handasundtök ekki samsíða (þ.e. ósamhæfð). Handleggjum ekki ýtt fram saman frá bringu.
7.3	Olnbogar ekki undir vatnsyfirborði á meðan á sundi stendur. Handleggir aftur fyrir mjaðmalínu á meðan á sundi stendur fyrir utan fyrsta handasundtak eftir start eða snúning.
7.4	Höfuð brýtur ekki vatnsyfirborð í hverjum bringusundshring. Fótasundtök ekki samsíða (þ.e. víxlhreyfingar eða ósamhæfð).
7.5	Fætur snúa ekki út á við meðan á spyrnu stendur. Flugsundsfótatak synt á meðan á sundi stendur.
7.6	Snertir ekki bakka í snúningi eða við lok sunds með báðum höndum; aðskildar og/eða samtímis (þ.e. önnur hönd í bakka).
	<b>FLUGSUND</b>
8.1	Líkami ekki á bringunni á meðan á sundi stendur (nema í snúningi).
8.2	Handleggir ekki samtímis framávið yfir vatnsyfirborði. Handleggir ekki samtímis afturábak undir vatnsyfirborði.
8.3	Hreyfing fóta ósamhæfð. Bringusundsfótatak synt.
8.4	Snertir ekki bakka í snúningi eða við lok sunds með báðum höndum; aðskildar og/eða samtímis (þ.e. önnur hönd í bakka). Meira en eitt handatak synt undir vatnsyfirborði eftir start eða snúning.
8.5	Höfuð keppenda brýtur ekki vatnið innan við eða á 15 metrum eftir start eða snúning. Keppandi á kafi (nema fyrstu 15m eftir start eða snúning) á meðan á sundi stendur.
	<b>FJÓRSUND</b>
5.1	Baksund, bringusund eða flugsund synt í skriðsundshluta
9.1	Ekki rétt röðun sunda í einstaklingskeppni (flug-bak-bringa-skríð).
9.2	Í skriðsundshluta verður keppandi að vera kominn á bringuna fyrir fyrsta fóta- eða handasundtak.
9.3	Ekki rétt röðun sunda í boðsundi (bak-bringa-flug-skríð).
9.4	Sundhluta ekki lokið samkvæmt reglum viðkomandi sundaðferðar (með vísun í ofangreindar sundreglur).
	<b>KEPPNIN</b>
10.2	Vegalengd sunds verður að ljúka til að sund sé gilt (hætti) - DNF.
10.4	Keppandi verður að synda á sömu braut og hann hóf sundið.
10.5	Keppandi snertir ekki bakkann í snúningi. Keppandi gengur á botni laugar.
10.6	Keppandi stendur í botni laugar (nema í skriðsundi).
10.7	Keppandi togar í brautarlínu.
10.8	Hindrar annan keppenda í hans sundi.
15.2	Bannað að nota ósamþykktan búnað, sundfatnað, límefti eða tape á líkama.
10.9	Keppandi fer í laugina á meðan að sund er í gangi sem hann á ekki að taka þátt í.
10.10	Færri en fjórir keppendur í boðsundssveit eða ekki 2 karlar og 2 konur í blönduðu boðsundi.
10.11	Boðsundsskipting fer ekki fram frá ráspalli.
10.12	Keppandi sleppir fótum af ráspalli áður en skeppandinn á undan honum í sömu sveit snertir bakkann (þjófstart).
10.13	Keppandi í boðsundssveit, sem lokið hefur sundi fer aftur ofan í laugina áður en allar boðsundssveitir riðilsins hafa lokið keppni.
10.14	Keppendur í boðsundssveit synda ekki í þeirri röð sem tilkynnt var.
10.15	Keppandi fer ekki upp úr lauginni eins fljótt og auðið er í lok síns sunds eða keppni.
10.17	Þjálfun eða taktur gefinn frá bakka (pace-making).