



Kombisprint – KK Lillehammer 12/9 -2020 - Konsept

Kombisprint er en ny øvelse som er under utvikling nasjonalt i Norge. Målet er å få variasjon i øvelsesprogrammet i kombinert. Konseptet ligner på sprintøvelsene til WC langrenn i Tour de Ski. Dvs sprintprolog, finaleheat og fratrekk av bonussekunder. Så regnet mot ett hopp.

Kombisprint består av:

- Langrennssprint før hopping.
 - Prolog (intervallstart)
 - Etterfølgende finaleheat
- Etterfulgt av ett hopp.

LANGRENNSSPRINT

Løypelengde 700-800 m

Prologtid ca 1,5 min.

Prolog, med intervallstart (15 sek.)

25 beste til kvartfinaler.

5 kvartfinaler av 5 utøvere

De 25 beste i prologen deles på 5 kvartfinaler (K1-K5) etter prologtider og denne matrisen:

K1: 1, 10, 11, 20, 21

K2: 4, 7, 14, 17, 24

K3: 5, 6, 15, 16, 25

K4: 2, 9, 12, 19, 22

K5: 3, 8, 13, 18, 23

Til Semifinaler; 2 beste pr. kvartfinale

2 semifinaler av 5 utøvere

De 10 som er kvalifisert fra kvartfinalene fordeles på 2 semifinaler etter denne matrisen:

S1: K1 1 + 2, K2 1 + 2, K3 1

S2: K3 2, K4 1 + 2, K5 1 + 2

Til finalen; 2 beste fra hver semifinale.

1 finale med 4 utøvere.

Finalen settes opp slik, basert på semifinalen.

F: S1 1 + 2, S2 1 + 2

Det brukes brikker for tidtaking i prolog. Ikke tidtaking i finalene, kun rekkefølge og målfoto.

Tidsberegning

GRUNNTID = PROLOGTID x 8

SLUTTID = GRUNNTID – BONUSSEKUNDER

BONUSSEKUNDER (sekunder i fratrekk etter finaler)

	1. plass	2. plass	3. plass	4. plass	5. plass
Finale	- 60	- 56	- 52	- 48	
Semifinale			- 36	- 32	- 28
Kvartfinale			- 16	- 12	- 8

Eksempel 1: Utøver går prologen på 1,35 og blir nr 3 i finalen.

PROLOGTID = 1,35

GRUNNTID = PROLOGTID x 8; GRUNNTID = 1,35 x 8 = 12,40

SLUTTID = GRUNNTID – BONUSSEKUNDER = GRUNNTID – 52 = 12,40-52 = 11,48

Eksempel 2: Utøver går prologen på 1,40 og blir nr 5 i sin semifinale

PROLOGTID = 1,40

GRUNNTID = PROLOGTID x 8; GRUNNTID = 1,40 x 8 = 13,20

SLUTTID = GRUNNTID – BONUSSEKUNDER = GRUNNTID – 28 = 13,20 – 28 = 12,52

Langrenns-resultat settes opp etter SLUTTID.

Lavest SLUTTID gis 120 p, som i en normal fellesstart.

Øvrige utøvere får poeng iht sin SLUTTID, utregnet med **15 p/min, dvs 4 s /p.**

HOPP

Primært brukes hoppbakker i størrelse K90-K95, med meterverdi på 2.

Ett hopp, som måles i lengde og dømmes med stil.

Snudde startlister ift langrennsresultatet.

TOTALT

Total vinner er den med flest poeng, langrennssprint + hopp.

Konkurranser med mindre enn 25 deltakere

I konkurranser med mindre enn 25 deltakere, tilpasses konkurransen til deltakerantallet.

Løsninger som kan vurderes er færre løpere i hvert heat eller å sløyfe kvartfinaler.

Konkurranser med mindre enn 15 deltakere

I konkurranser under 15 deltakere (f.eks nasjonale konkurranser for kvinner) sløyfes kvartfinaler, og utøverne går direkte fra prolog til semifinaler.

S1: 1, 4, 5, 8, 9 **S2:** 2, 3, 6, 7, 10

Bonussekunder som for normale øvelser, med over 25 deltakere.

MERK:

Prologtiden er avgjørende for alle, for utregningene av sluttresultatene mot hopp.

I en K90 (2 p/m) utgjør 1 sek prologtid 1 m i bakken.

Finaleheatene «pynter» på sluttresultatet ved at man får mer fratrekk i langrennstid jo bedre man gjør det i finaleheatene.

- Vinneren av finalen får 60 sek ekstra fratrekk, tilsvarende 7,5 m i bakken.
- Sistemann i kvartfinalene får 8 sek ekstra fratrekk, tilsvarende 1 m i bakken.

For Kombisprint under KK Samling 12/9-2020

Program langrenn

HERRER		DAMER	
Prolog start	10.00	Prolog start	10.15
Kvartfinale 1 (K1)	10.30	Semifinale 1 (S1)	10.50
Kvartfinale 2 (K2)	10.34	Semifinale 2 (S2)	10.55
Kvartfinale 3 (K3)	10.38		
Kvartfinale 4 (K4)	10.42		
Kvartfinale 5 (K5)	10.46		
Semifinale 1 (S1)	11.06	Finale (F)	11.15
Semifinale 1 (S2)	11.10		
Finale (F)	11.25		

Program hopp

HERRER		DAMER	
Prøveomgang K90	14.10	Prøveomgang K90	14.00
Rennomgang K90	Fortløpende	Rennomgang K90	Forløpende

Løypetrace - Nedre Birkebeiner Skistadion (sommer-stadion):

