

# Viktige regeloppdateringer for sesongen 2016/2017

## Maks stavlengde og soner

Formålet med disse nye og oppdaterte reglene er å forsøke å beholde diagonalgang som en klassisk teknikk i framtiden. Både FIS og NSF har beslutta at staking/pigging alene ikke er en fullverdig klassisk teknikk, og at den klassiske teknikken må reguleres i en større grad enn i dag hvis den skal beholdes som en konkurranseform i framtiden. Hvis skimiljøet ikke støtter slike reguleringer, så er det mulig at alle FIS konkurranser om kort tid/få år bare blir terminfesta i fri teknikk.

### Angående maks stavlengde

I september 2016 ble følgende regler angående staver innført av FIS for alle FIS konkurranser. Disse reglene ble i oktober 2016 også beslutta innført i NSF sitt rennreglement og gjeldende for alle renn på Norges Skiforbunds terminliste.

#### **NSF regel 343.8.1 (ny regel)**

**I renn med klassisk teknikk kan stavenes lengde være maksimalt 83% av løperens kroppshøyde.**

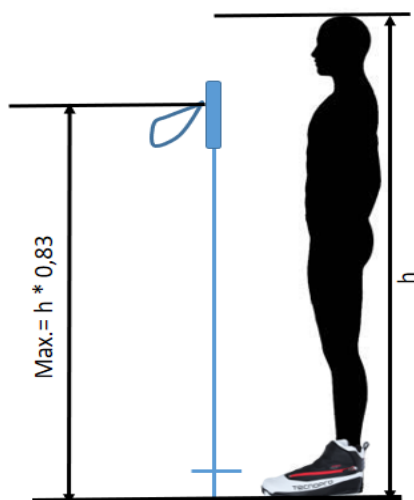
**Ved fri teknikk er maksimal stavlengde 100% av løperens kroppshøyde.**

**Kroppshøyden måles med skisko på, fra et flatt underlag og opp til issen. Stavlengden måles fra stavens pigg (spiss) opp til der hvor øverste håndreimen går inn i staven. Alle mål skal angis i hele cm, med vanlige avrundingsregler (0,4 avrundes ned, 0,5 forhøyes opp).**

#### **NSF regel 343.12.1 (oppdatert regel)**

**Staver kan byttes under løpet, med følgende begrensninger: Stavbytte er tillatt kun når en stav er brukket eller ødelagt. Ved klassisk teknikk er det forbudt å bytte begge stavene med mindre de to nye stavene oppfyller regelen om stavlengde (maks 83% av kroppshøyde).**

**Sjekking av regel 343.8.1 under konkurranse (kontroll av stavlengde):**



Arrangør vil sørge for at måleutstyr (en eller to målestokker, plattning, tabell) er tilgjengelig under trening dagen før eller om morgenen før konkurransen, slik at utøver kan sjekke sin egen stavlengde. En tabell skal settes opp ved siden av måleutstyret (se tabell under).

Hvis nødvendig, så skal det være mer enn ett sett med måleutstyr. Det skal være mulig for arrangør å sjekke staver både før start og etter målgang. Arrangør kan sjekke hver utøver før start og etter målgang, eller ta stikkprøver på noen av utøverne.

For turrenn, så skal det være måleutstyr ved hver inngang inn til startområdet/startbåsen.

For fellesstart, der det ikke er mulig å sjekke alle utøvere før start, så skal arrangør sjekke etter målgang.

Tabell:

Utøvers høyde med skisko på	83%	Maks stavlengde
200	166	166.00
199	165.17	165.00
198	164.34	164.00
197	163.51	164.00
196	162.68	163.00
195	161.85	162.00
194	161.02	161.00
193	160.19	160.00
192	159.36	159.00
191	158.53	159.00
190	157.70	158.00
189	156.87	157.00
188	156.04	156.00
187	155.21	155.00
186	154.38	154.00
185	153.55	154.00
184	152.72	153.00
183	151.89	152.00
182	151.06	151.00
181	150.23	150.00
180	149.40	149.00
179	148.57	149.00
178	147.74	148.00
177	146.91	147.00
176	146.08	146.00
175	145.25	145.00
174	144.42	144.00
173	143.59	144.00

172	142.76	143.00
171	141.93	142.00
170	141.10	141.00
169	140.27	140.00
168	139.44	139.00
167	138.61	139.00
166	137.78	138.00
165	136.95	137.00
164	136.12	136.00
163	135.29	135.00
162	134.46	134.00
161	133.63	134.00
osv.		

### **FIS regler og retningslinjer som kan brukes i forbindelse med utstyrskontroll**

Hvis en utøver som blir kontrollert før start ikke møter maksimumskravet for stavlengde, så får utøveren ikke lov til å starte (i følge regel 351.1.2 under)

351.1.2 A competitor will not be permitted to start in any FIS international ski competition who:

- violates the FIS rules in regard to equipment (art. 222) and commercial markings (art. 207)

Utøvere som blir kontrollert etter målgang, og som har brukt staver under konkurransen som ikke møter maksimumskravet (ICR 348.8.1), skal bli sanksjonert av juryen. Jury-beslutningskartet skal brukes for å avgjøre sanksjonen.

### **Angående soner**

I juni 2016 ble følgende regel angående bruk av soner vedtatt av FIS for alle FIS konkurranser.

#### **FIS regel 310.2.1.4 (ny regel)**

**Juryen kan forby bruk av en eller flere teknikker i markerte soner i løypa. Alle regelbrudd vil bli rapportert til juryen.**

I NSF sitt høstmøte i oktober ble også følgende vedtak angående bruk av soner for sesongen 2016/17 fattet:

- NSF skal som minimum ha soner på alle norgescuprenn junior, stafett i NM Junior, sprint og stafett i Hovedlandsrennet og på senior-cup på Gålåsprinten 26 – 27. november
- Ordningen blir løpende vurdert gjennom sesongen
- Det kan fortsatt være mulig å innlemme flere renn i ordningen
- Skikretsen oppfordres til å prøve sone-ordningen
- Juryen har den endelige avgjørelsen i forhold til den praktiske gjennomføringen på rennstedet

### **Gjennomføring av regel 310.2.1.4 under konkurranser (bruk av soner):**

Der det planlegges bruk av sone, så må arrangør informere utøvere og lagledere om dette, senest dagen før (lagledermøte eller nettside). Informasjonen bør inneholde følgende ordlyd:

«Rennets jury har besluttet å innføre sone(r) der bare diagonalteknikk med diagonalbevegelser med både armer og bein er tillatt (i diagonalteknikk er bare en – eller ingen - stav i bakken til enhver tid). Alle andre teknikker er ikke tillatt.

Soner vil bli tydelig markert med både skilt og linje i snøen (start og stopp), og funksjonærer med video samt jurymedlemmer vil sjekke om påbudet blir brutt. I tilfelle brudd så vil jury sanksjonere utøveren i henhold til regelboka.»

Arrangør, sammen med jury, vil beslutte egnet sted for sone eller soner. Det bør være mer enn en sone hvis løypa går bare en runde. Sonen bør være så lang som mulig, og legges i en motbakke der det er mest naturlig å gå diagonalgang med feste under skia i hele sonen, men bør starte et lite stykke opp i bakken og avsluttes før bakken flater ut.

### **FIS regler og guidelines som kan brukes ved soner**

#### Fra ICR:

343.3 Competitors must follow the instructions (course opening times, wearing bibs, training, ski testing, etc.) issued by the Jury or OC in order to ensure order on the course, in the stadium and in the team preparation area before, during and after the competition.

343.8 In classical technique competitions, the competitors must use classical technique only.

352.1.2 Sanctions for the violation of the classical technique rules can be given by a unanimous decision of two jury members (including TD) without video evidence and a hearing from the athlete. For classical technique violations ICR 224.7 does not apply (se under for 224.7)

224.7 Prior to the imposition of a penalty (except in cases of reprimands and withdrawal of accreditation according to 223.5 and 224.2), the person accused of an offence shall be given the opportunity to present a defense at a hearing, orally or in writing.

223.3.3 A competitor shall only be disqualified if his mistake would result in an advantage for him with regard to the end result, unless the Rules state otherwise in an individual case.

ICR 352.2.1 Disqualification should be used only for major infractions and for infractions with a clear impact on the final result of a competition.

352.5.1 Written reprimand should be used for all infractions of the rules that do not lead to a clear advantage for the offender.

#### Fra FIS Jury Guidelines

Violation of classical technique:

In Interval Start competitions and Sprint qualification any violation of classical technique (for example skating strides to maintain or increase the speed where there is a track set) will be considered to affect the results (due to improved time and better FIS points caused by the skating),

and the jury will apply the appropriate sanction regardless of the time difference between skiers, even for a winning athlete.

The Jury will however continue to consider the special circumstances that sometimes might occur in Mass-Start competitions and Sprint/Team Sprint heats.

The jury can sanction a skier for classical technique violations without video evidence and without a hearing from the athlete (ICR 352.1.2). The sanction can be given during the competition.