



Norges
Skiforbund

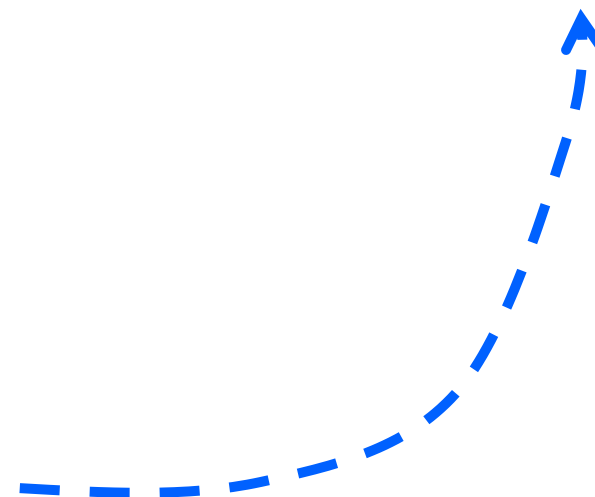
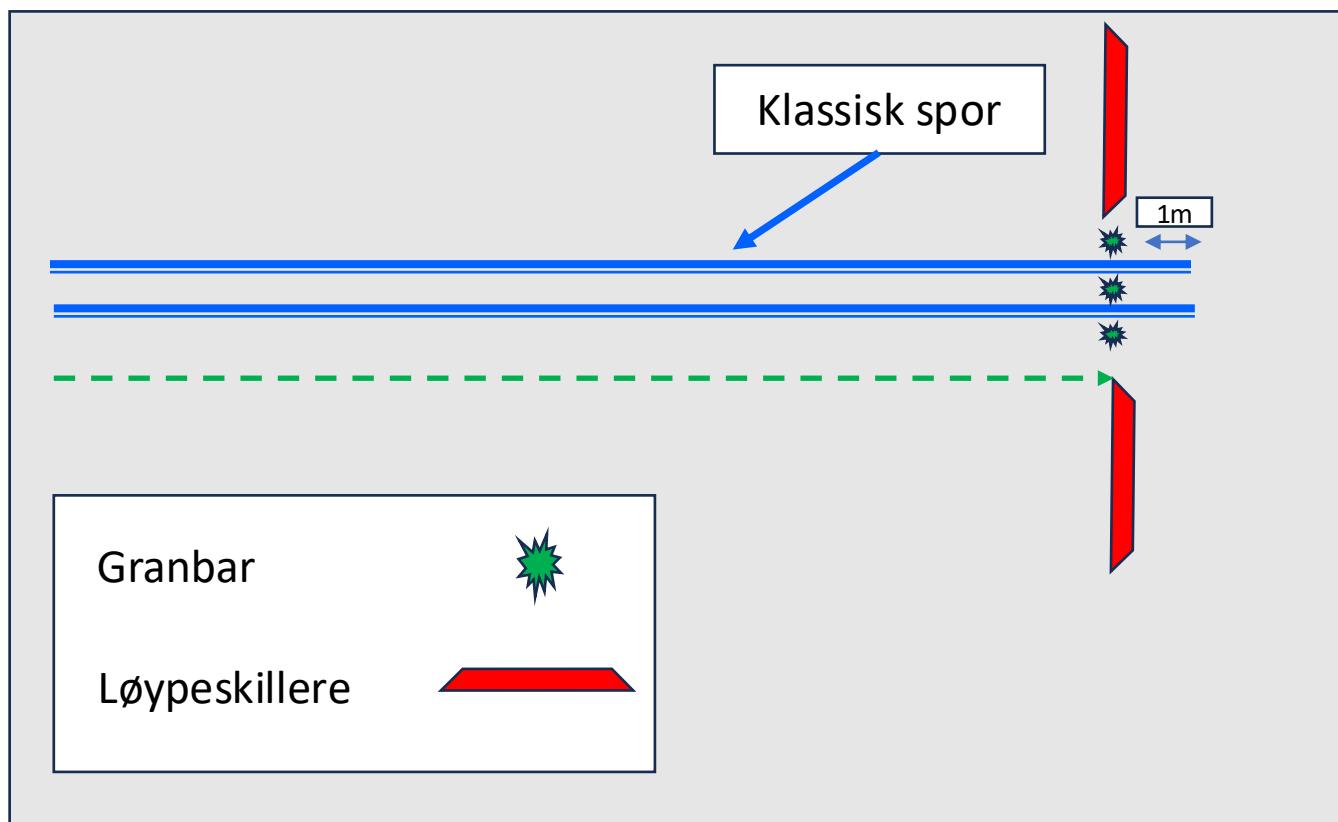
Klassisk teknikk

Retningslinjer for utøvere



Merking av svingteknikksoner

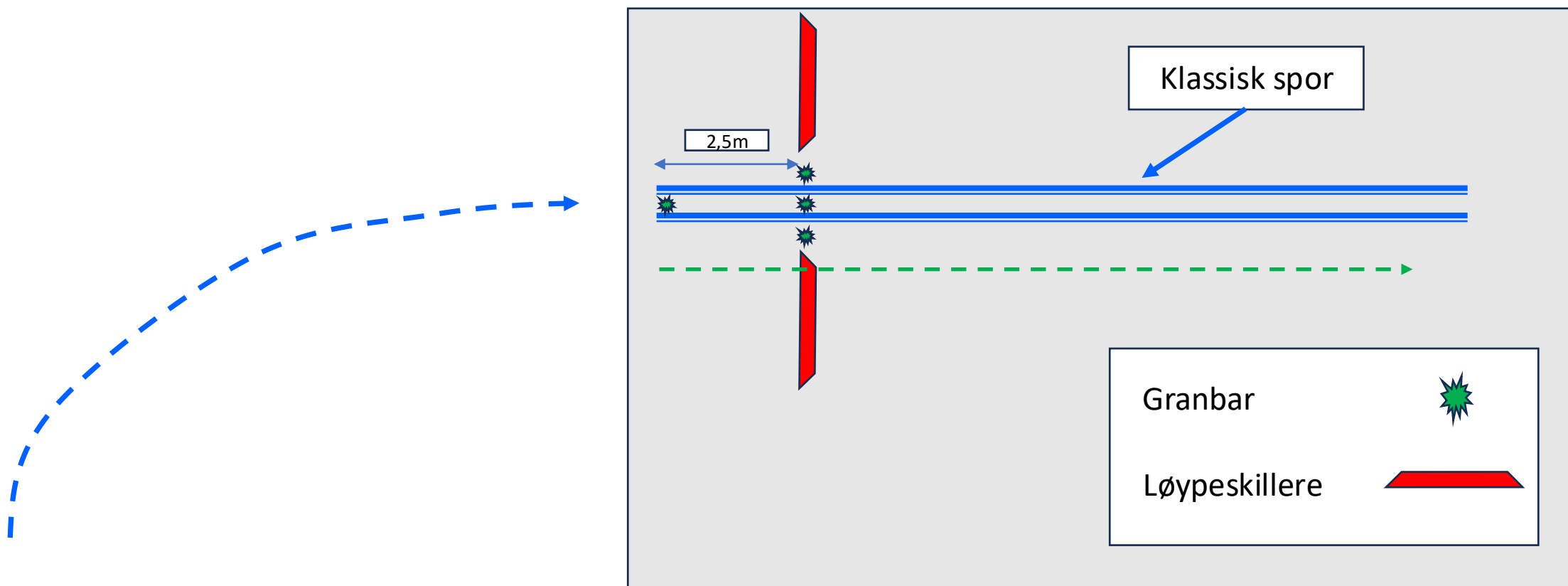
Start av svingteknikkzone





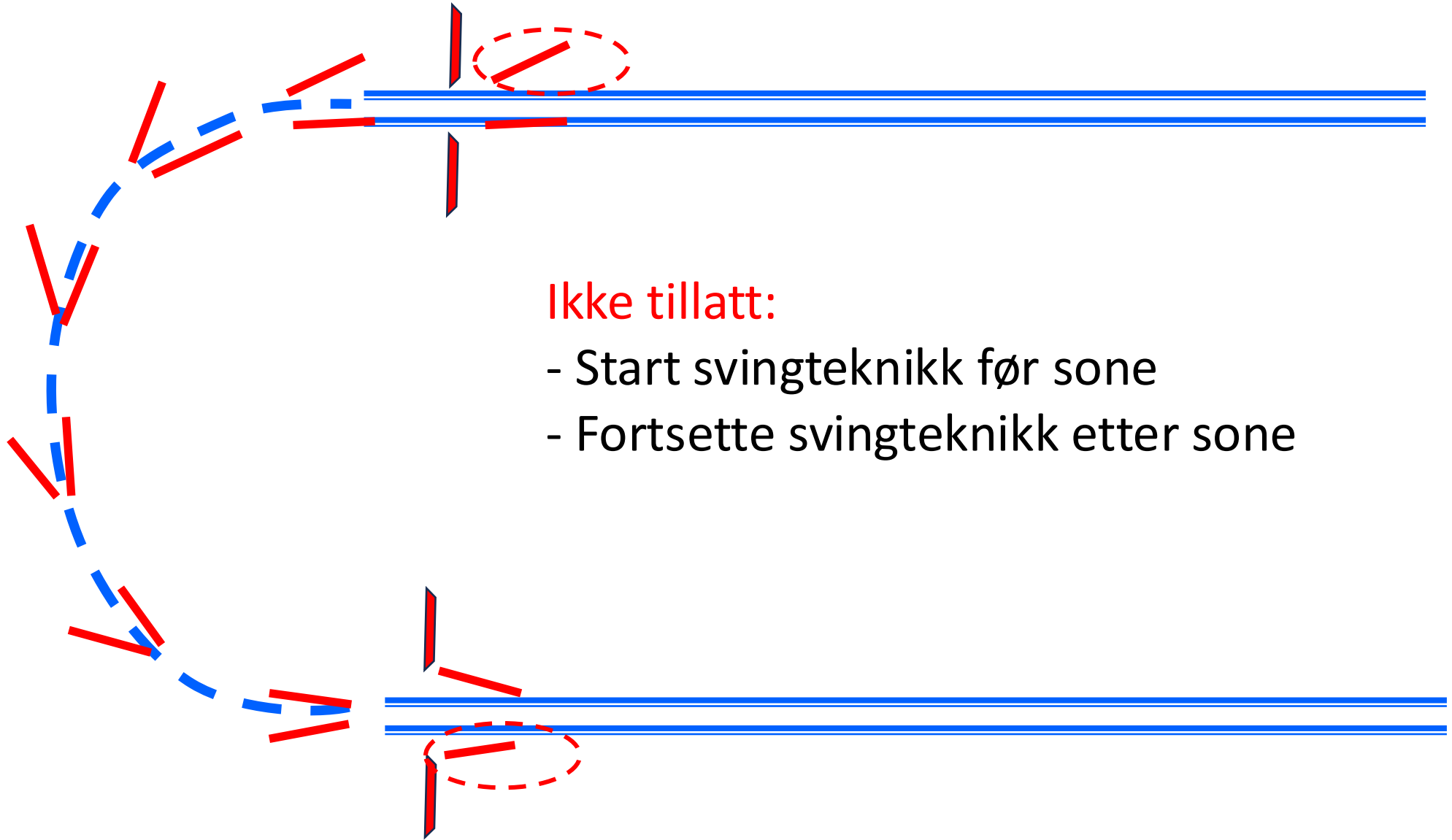
Merking av svingteknikksoner

Slutt av svingteknikkzone





Svingteknikk i svingteknikkzone



Ikke tillatt:

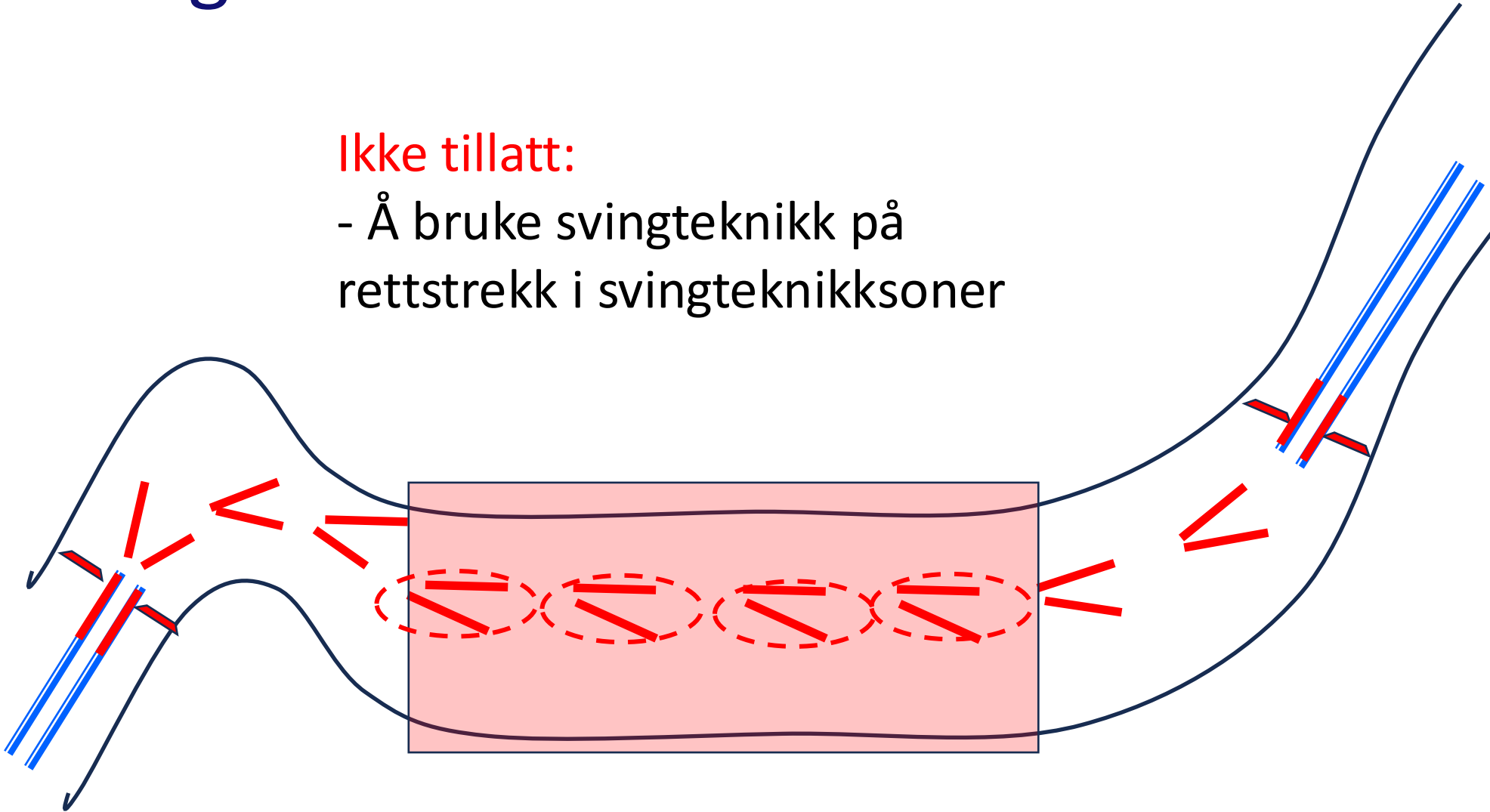
- Start svingteknikk før sone
- Fortsette svingteknikk etter sone



Svingteknikk i rettstrekk

Ikke tillatt:

- Å bruke svingteknikk på rettstrekk i svingteknikksoner

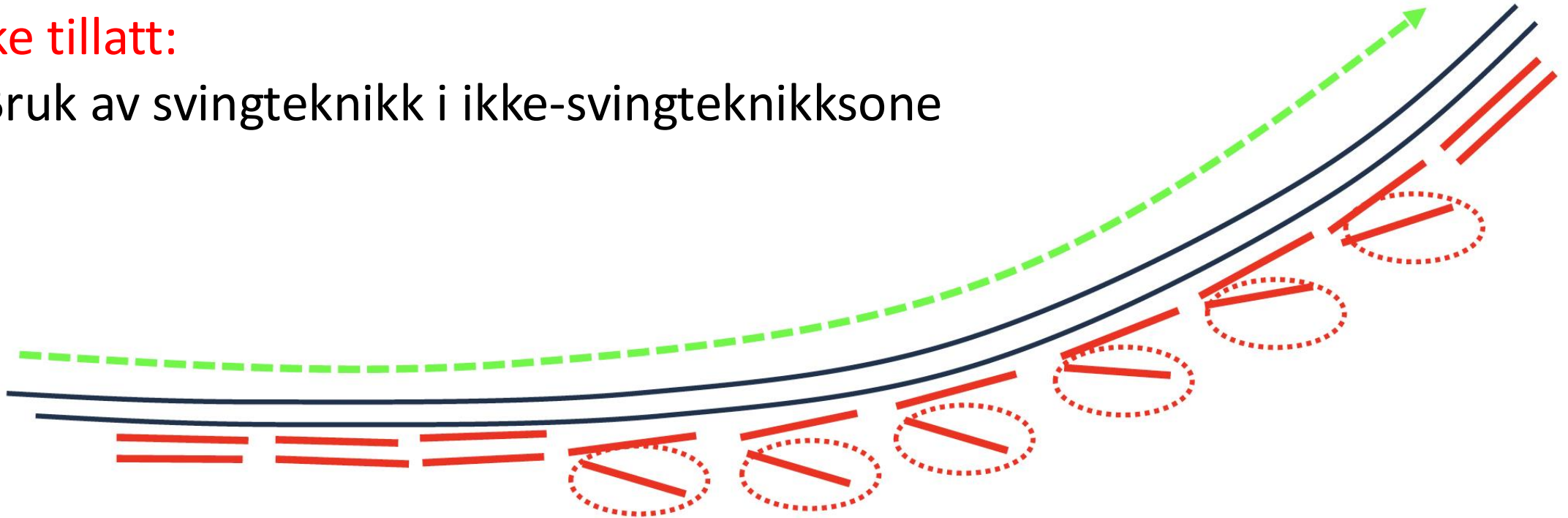




Går utenfor sporet

Ikke tillatt:

- Bruk av svingteknikk i ikke-svingteknikkssone





Går utenfor sporet

Korrekt gåing utenfor sporet:

