



**FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNATIONAL SKI FEDERATION
INTERNATIONALER SKI VERBAND**

LIVRE II

SKI DE FOND

**LES REGLEMENTS DES
CONCOURS INTERNATIONAUX
DU SKI**

(RIS)



ADOPTES PAR LE
46e CONGRES INTERNATIONALE DE SKI, CAPE TOWN (RSA)
EDITION 2008

2^{ème} partie

300

Compétitions de ski de fond

300.1

Les compétitions sous l'égide de la FIS sont exécutées selon les règles et directives suivantes: RIS 1^{ère} partie (200 et suivantes) et 2^e partie (300 et suivantes), règlements coupe du monde et règlements et directives pour les points FIS, ainsi que les directives qui sont approuvées chaque année par le comité de ski de fond de la FIS.

A. Organisation

B. La piste de ski de fond - Homologation - Définition des techniques - Préparation - Le stade

311 Formats de compétition et programme

311.1 Tableau des distances et de la longueur du parcours

Formats de compétition	Distance de compétition	Longueur de la piste
Départs individuels	5, 7.5, 10, 15, 30, 50	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10, 12.5, 15, 16.7
Départs en ligne	10, 15, 30, 50	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Courses populaires	Pas de limitations	Pas de limitation
Courses poursuites	5, 7.5, 10, 15	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Courses de relais (équipes de 3 à 4 coureurs, pouvant inclure un mélange des sexes)	2.5, 3.3, 5, 7.5, 10	2.5, 3.3, 3.75, 5
Sprints individuels hommes	1 – 1.8	0.5 – 1.8
Sprints individuels dames	0.8 – 1.4	0.4 – 1.4
Sprints par équipe hommes	2x(3-6) 1 – 1.8	0.5 – 1.8
Sprints par équipes dames	2x(3-6) 0.8 – 1.4	0.4 – 1.4

Ce tableau est valide pour l'organisation de compétitions avec plusieurs tours, mais si le choix est fait de faire plusieurs tours d'une piste de courte distance pour la compétition totale, la forme de départ et la largeur de piste doivent être considérés.

Les compétitions de sprint individuel peuvent être organisées avec un ou plusieurs tours. Les compétitions de sprint par équipes doivent normalement comporter un seul tour.

311.2 Les programmes pour les JOH, CMS, CMJS, CM et compétitions FIS

311.2.1 En principe en CM, le nombre de compétitions doit être le même pour chacune des deux techniques chaque année; ceci vaut également pour les Championnats du Monde.

311.3 JOH et CMS

311.3.1 *Pour les compétitions des JOH et des CMS le programme est le suivant :*

Courses Avec départ individuel	Hommes : 15 km C/L Dames : 10 km C/L
Courses avec départ en ligne :	Hommes : 50 km C/L Dames : 30 km C/L
Courses poursuites sans arrêt :	Hommes : 15 km C – 15 km L Dames : 7.5 km C – 7.5 km L
Courses de relais :	Hommes: 4 x 10 km C/L Dames: 4 x 5 km C/L
Courses de sprint : (Individuel)	Homme : 1.0 – 1,8 km C/L Dames : 0.8 – 1.4 km C/L
Relais sprint (équipes composée de 2 athlètes par nation) :	Hommes : 1.0 – 1,8 km C/L Dames : 0.8 – 1.4 km C/L

La composition du programme peut changer en raison des nombreux jours de compétition à disposition durant les JOH, par rapport aux CMS. Les retransmissions de télévision joueront le rôle principal lors de ces décisions.

La course poursuite aura lieu sans arrêt entre les deux techniques. Une seule médaille sera distribuée; l'ordre des techniques sera toujours avec le classique en premier et le libre ensuite. Les courses de relais se font d'abord en deux tours de technique classique et ensuite en deux tours de technique libre.

311.4 Coupe du Monde

Le programme de la Coupe du Monde est fixé chaque année par la FIS. Le programme est basé, normalement, suivant les formats de compétitions utilisées au programme des CMS. Distances et techniques sont fixées annuellement. Pour le développement du ski de fond, des compétitions-tests peuvent faire partie du programme de la CM. Des courses de longue distance peuvent être incluses. Pour les relais sprint, au maximum 2 équipes par nation sont autorisées à prendre le départ. (voir aussi les règlements FIS CM sur le site Internet de la FIS).

311.5 CMJS

311.5.1 Pour les compétitions des CMJS, les formes, les distances et les techniques sont les suivantes:

	Filles	Garçons
Individuel	5 km F*	10 km F*
Poursuite	5/5 km C/L	10/10 km C/L
Sprint	0.8-1.4 km C*	1-1.8 km C*
Relais	4 x 3.3 km C/L	4 x 5 km C/L

* Pour les compétitions individuelles et les sprints, les techniques alternent chaque année.

311.6 Autres compétitions de la FIS

Formats et distances en accord avec article 311.1

- D'autres formats de sprint et de distances plus longues en accord avec les lignes directrices de la FIS
- Les compétitions de poursuite, avec arrêt entre les deux techniques, peuvent se dérouler sur un ou deux jours avec des techniques alternées et sur des distances semblables ou différentes.

312 Description des parcours de compétition de ski de fond

312.1 Caractéristique fondamentale

312.1.1

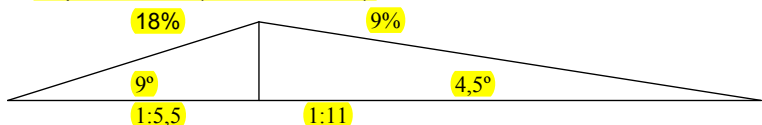
La piste de ski de fond doit être aménagée de façon à permettre un examen des qualités techniques, tactiques et physiques du coureur. Son degré de difficultés doit être adapté au niveau de la compétition. La piste doit être aménagée de la façon la plus naturelle avec des parties vallonnées, des montées et des descentes qui éviteront la monotonie ; là où cela sera possible, la piste est à tracer dans la forêt.

Le rythme ne devrait pas être interrompu par des changements aigus de direction et par des montées raides. Les descentes doivent être aménagées de façon à ce qu'elles représentent un défi pour les concurrents. La piste doit pouvoir être skiée dans des conditions rapides et sur une trace gelée.

312.1.2

En principe, les pistes de fond devraient comprendre:

- un tiers de montées avec une pente entre 9% (1:11) et 18% (1:5,5) et des dénivelés de plus de 10 mètres, et quelques montées plus courtes de plus de 18% (voir art. 313.1.1).



- un tiers de terrain vallonné en utilisant les caractéristiques du terrain avec de petites montées et descentes (avec un dénivelé de 1 à 9 mètres).
- un tiers de descentes variées qui exigent l'utilisation des diverses techniques de descente.

312.1.3 Dans les compétitions de ski de fond FIS, les pistes ne pourront être parcourues que dans le sens prévu pour la compétition.

312.1.4 Dans le voisinage du stade doit se trouver une zone d'essai des skis avec des pistes d'essai pour toutes les équipes participantes. Ces pistes doivent être situées également au voisinage des locaux des équipes de fartage et des pistes d'échauffement. Les pistes d'essai doivent être préparées dans les mêmes conditions que les pistes de compétition.

312.1.5 Une piste séparée le long du parcours de compétition, pour les officiels et les spectateurs, doit être prévue.

313 L'homologation

313.1 Normes des pistes

313.1.1 *Dénivellation (D)*

Le dénivelé (D) d'une piste de compétition entre le point le plus bas et le plus haut ne doit pas dépasser pour :

0.4 – 1.8 km sprint	50 m
2.5 km	50 m
3.3 km	65 m
3.75 km	75 m
5 km	100 m
7.5 km	125 m
10 km	150 m
15 km et plus	200 m

313.1.2 *La montée maximale (MM)*

Le dénivelé d'une seule montée (DP) ne doit pas excéder les limites suivantes, mais peut être interrompu par une section de terrain vallonné d'une longueur qui n'excède pas 200 m ou une descente qui n'excède pas 10m de dénivelé :

0.4 – 1.8 km sprint libre	0–30 m		
0.4 – 1.8 km sprint classique	10–30	m,	(moyenne du
			pourcentage
			de pente 12-18%)
2.5 km	50 m		
3.3 km	50 m		
3.75 km	50 m		
5 km	50 m		
7.5 km	65 m		
10 km et plus	80 m		

313.1.3

Montée totale (MT)

La montée totale (MT) devrait se situer dans les limites suivantes:

0.4 - 1.8 km sprint libre	0 – 60 m
0.4 - 1.8 km sprint classique	20 – 60 m
2.5 km	75 – 105 m
3.3 km	100 – 135 m
3.75 km	100 – 150 m
5 km	150 – 210 m
7.5 km	200 – 315 m
10 km	250 – 420 m
15 km	400 – 600 m
30 km	800 – 1200 m
50 km	1400 – 2000 m

313.1.4

Largeur des pistes :

La largeur des pistes doit correspondre au tableau du manuel d'homologation

Catégories d'homologation pour ces compétitions

- A Individuel en technique classique (largeur minimum 3 m).
- B Comme A + Individuel en technique libre, Relais en technique classique (largeur normale en montée 4 m)
- C Comme B + Relais technique libre, Départ en ligne technique classique, Sprint technique classique (largeur normale en montée 6 m)
- D Comme C + Relais dans les deux techniques, départ en ligne technique libre, Sprint technique libre (largeur normale en montée 9 m)
- E Compétitions de poursuite. 2 pistes catégories C et D ou une piste avec une largeur minimum de 12m en montée

Les exigences de largeur sont basées sur des mesures faites quand la piste est préparée pour le ski et que les filets de sécurité, pour la compétition, sont mis en place.

313.1.5

Pour les JOH, CMS, CMJS, et CM, le point le plus haut de la piste ne doit pas dépasser 1800m.

313.2

Normes des profils de pistes et procédure d'homologation

Voir le manuel d'homologation disponible sur le site de la FIS.

313.3

Procédure d'homologation

313.3.1

Toutes les compétitions de ski de fond FIS doivent se dérouler sur des parcours homologués. Pour la CM, les parcours doivent être homologués deux ans avant la compétition concernée.

313.3.2

Les Fédérations Nationales qui envisagent d'organiser de telles compétitions doivent se mettre en rapport avec le Bureau FIS pour procéder à l'homologation des pistes de leurs Organisateurs. Pour plus d'information, se référer au manuel d'homologation FIS.

- 313.3.3 Pour JOH, CMS, CMJS, CM, le Comité Fond FIS désignera un inspecteur d'homologation venant d'un pays différent de l'organisateur. L'inspecteur restera chargé du processus d'homologation jusqu'à ce que le rapport final d'homologation soit déposé. Des frais d'homologation seront à payer au Bureau FIS dans le but d'engager le processus d'homologation. Le montant des frais sera calculé comme suit
- frais de demande CHF 100.-- plus
 - frais d'homologation CHF 100.-- pour chaque piste
- 313.3.4 L'Organisateur est tenu de contacter l'inspecteur dans un délai d'un mois à partir de sa nomination.
- 313.4 Devoirs et responsabilités de l'Organisateur**
- 313.4.1 Pour démarrer le processus d'homologation, les Organisateurs doivent déterminer un plan de travail avec l'inspecteur. Plus tard, les informations suivantes seront nécessaires:
- nom et adresse de leur responsable officiel pour l'homologation
 - les projets de carte des pistes avec toutes les données géométriques disponibles
 - un croquis du plan du stade
 - les infrastructures prévues sur le site de compétition.
- 313.4.2 Les techniques d'arpentage et les échelles de cartes utilisées par l'Organisateur doivent être conformes à l'art. 313.4.3.
- 313.4.3 Les plans de la piste doivent être dessinés en temps utile et tirés à l'échelle 1:10 000. Les profils pourront être dessinés à une échelle de 1:50 000 horizontalement et 1:5000 verticalement.
- L'Organisateur doit compléter ces cartes de pistes en y indiquant la montée totale (MT), la dénivellation (D) et la montée maximale (MM) de sorte que l'inspecteur puisse les vérifier. La position des montées qui suivent doit être indiquée sur le profil.
- A montées principales
 - B courtes montées
 - C montées raides
- 313.4.4 L'organisateur devra mettre à disposition du DT des copies des cartes de pistes approuvées et du rapport d'homologation. Une règle graduée garnie d'une échelle, ainsi qu'une flèche indiquant le Nord, doivent être marquées.
- 313.4.5 L'organisateur devra payer les frais de l'inspecteur comme prévu par l'art. 305.
- 313.5 Devoirs et responsabilités de l'inspecteur**
- 313.5.1 Suite à la réception des informations initiales de la part de l'organisateur, l'inspecteur doit mettre en place un programme d'inspection conjointement avec l'organisateur.

- 313.5.2 L'inspecteur, sur demande, enverra à l'Organisateur des exemples de cartes et de données techniques approuvées.
- 313.5.3 L'inspecteur devra soumettre au Coordinateur du Sous-Comité des Règles et Contrôle les documents suivants:
- le rapport complet d'homologation
 - un rapport sur tous les changements effectués sur la piste durant le processus d'homologation
 - les cartes finales de pistes et profils
 - le plan final du stade.

313.6 Devoirs et responsabilités du Bureau FIS

- 313.6.1 Reçoit les demandes d'homologation provenant des Fédérations Nationales et les transmet au Sous-Comité pour les Règles et Contrôle.
- 313.6.2 Informe les inspecteurs de leur mission et leur procure les règles et directives sur l'homologation, un jeu de cartes et des formulaires de rapport.
- 313.6.3 Recueille des Organiseurs ou des FNS le montant des droits requis.
- 313.6.4 Informe l'Organisateur de la désignation de son inspecteur et lui fournit le manuel d'homologation FIS.
- 313.6.5 Reçoit des inspecteurs les rapports complets d'homologation, et les soumet au Sous-Comité des Règles et Contrôle pour une approbation définitive.
- 313.6.6 Etablit une documentation des pistes homologuées qui doivent l'être en accord avec l'art. 313 et attribue un numéro d'homologation à chaque piste approuvée.
- 313.6.7 Après l'approbation définitive, le Bureau FIS aura à fournir un décompte à l'organisateur ou à la FNS. Après le paiement, un certificat officiel d'homologation sera remis à l'organisateur pour chaque parcours approuvé.
- Tout changement sur une homologation de piste doit être rapporté à la FIS immédiatement. Tout changement significatif sur la piste fera l'objet d'une révision de l'homologation et d'un nouveau certificat.
- Le certificat est valide 5 ans. A la fin de cette période, le certificat doit être renouvelé par demande de l'organisateur au bureau Fis avant le 1^{er} mai de la dernière année. Celui-ci peut être reconduit administrativement pour une nouvelle période de 5 ans, à condition que les pistes aient été utilisées continuellement sans remarque d'un DT. La FIS peut, quoi qu'il en soit, demander une inspection à la charge de l'Organisateur.

314 Définitions des techniques

314.1 Technique classique

314.1.1

La technique classique comprend la technique du pas alternatif, la technique de la poussée simultanée, la technique de montée en ciseaux sans phase de glisse, les techniques de descentes et de changements de direction. Les pas de patineur simple ou double ne sont pas autorisés. Les techniques de changement de direction consistent en des pas latéraux et poussées pour changer de direction. Aux endroits où des traces sont en place, les pas tournants avec poussée sont interdits. Ceci s'applique aussi au coureur qui skie en dehors des traces.

314.2 Technique libre

314.2.1

La technique libre comprend toutes les différentes techniques du ski de fond.

315 Préparation des pistes

315.1 Préparation avant la saison

315.1.1

Les pistes doivent être préparées avant l'hiver de sorte qu'elles soient praticables sans danger même en cas d'enneigement réduit. Les pierres, les troncs d'arbres et racines, les buissons et autres obstacles analogues doivent être éliminés. Les sections qui ont des problèmes de drainages doivent être corrigées. Les préparations estivales doivent atteindre un standard qui, déjà avec une hauteur de neige de 30 cm, permet le déroulement des compétitions. Un soin particulier doit être apporté aux descentes et aux profils des virages.

315.2 Préparation générale pour la compétition

315.2.1

La piste devrait être entièrement préparée au moyen d'équipements mécaniques. Lorsque des engins lourds sont utilisés, ils devraient, aussi bien que possible, suivre l'état originel du terrain pour maintenir les vallonnements existants.

315.2.2

La piste doit être préparée en tenant compte des largeurs en accord avec le manuel d'homologation et les formes de compétition. Les pistes doivent être préparées de sorte que les coureurs puissent effectuer le parcours sans danger et effectuer des dépassements sans être gênés. Dans les pentes en dévers, elles doivent être assez larges pour rendre possible une bonne préparation.

315.2.3

Le parcours ainsi que les pistes d'échauffement doivent être entièrement préparés avant l'entraînement officiel, correctement jalonnés et avec les repères kilométriques en place. Les pistes d'essai de ski doivent être préparées comme les pistes de compétition.

315.2.4

Durant la compétition, les mêmes conditions doivent être garanties à tous les coureurs. Lorsqu'il neige fortement ou que les traces sont recouvertes, un nombre suffisant d'ouvriers et/ou de patrouilleurs

équipés doivent être prêts et utilisés afin d'assurer des conditions de piste régulières. Un plan d'action correspondant doit être préparé.

315.2.5 Tous les moyens artificiels qui améliorent la capacité de glisse de la neige sont interdits. Dans des cas spéciaux, l'usage de substances chimiques auxiliaires pour solidifier la surface est autorisé.

315.3 Préparation pour la technique classique

315.3.1 Pour les courses individuelles en technique classique, une seule trace devrait être préparée dans la ligne idéale du parcours. Normalement la trace, est située au milieu de la piste, sauf dans les virages. Pour les changements de direction, le tracé est à choisir de telle sorte que les skis puissent glisser dans les traces sans être freinés. Où cela ne peut être garanti du fait d'une vitesse élevée ou d'un rayon réduit, la trace est à supprimer. Pour décider, on doit tenir compte des meilleurs coureurs et des vitesses les plus élevés possible. Dans les courbes, la trace doit être aussi proche de la barrière (filet), afin que skier entre la trace et la barrière soit impossible.

315.3.2 Les traces de ski doivent être préparées de telle manière que la conduite des skis et la glisse soient possibles sans effet de freinage latéral des côtés de la fixation. Les deux traces doivent avoir un écart de 17-30 cm, distance mesurée à partir du milieu de chacune des traces. La profondeur de la trace doit, même en cas de neige dure glacée, être de 2-5 cm.

315.3.3 Là où des traces doubles sont utilisées, celles-ci doivent être éloignées de 1.00–1.20 mètres l'une de l'autre, mesurée du milieu de chaque paire de trace.

315.3.4 Les derniers 100 mètres déterminent la zone d'arrivée. Le début de cette zone doit être clairement marqué avec une ligne de couleur. Cette zone est, normalement, séparée en trois couloirs avec traces. Ces couloirs doivent être clairement marqués et très visibles, mais sans gêner le passage des skis. Pour les compétitions individuelles de sprint voir 360.4.5 et 360.4.6.

315.4 Préparation pour la technique libre

315.4.1 Pour les compétitions en technique libre avec départ individuel, la piste doit être bien compactée sur une largeur d'au moins 4 m. Dans les descentes avec traces, celles-ci doivent suivre la ligne idéale du parcours.

315.4.2 Les derniers 100 mètres déterminent la zone d'arrivée. Le début de cette zone doit être clairement marqué avec une ligne de couleur. Cette zone à une largeur minimale de 9 mètres et partagé en trois couloirs qui doivent être clairement marqués et très visibles, mais sans gêner le passage des skis. Pour les compétitions individuelles de sprint voir 360.4.5 et 360.4.6.

315.5 Préparation pour la course poursuite

315.5.1 Pour la course poursuite sans arrêt, la piste de technique classique doit être suffisamment large afin de permettre 4 traces tout le long du

parcours. La piste de technique libre doit permettre à 3 skieurs de skier de front, ce qui veut dire une largeur de 9 m dans les montées. Voir aussi RIS art. 364.2-364.4.

315.5.2 Pour les courses poursuites avec arrêt, la piste de technique classique doit être conforme aux règles pour les courses individuelles, tandis que la piste de technique libre doit avoir une largeur minimum de 6 mètres. Pour le départ de la poursuite, l'aire de départ doit comprendre 2-5 couloirs de départ. La largeur de chaque couloir doit être d'un minimum de 3 mètres.

315.6 Préparation pour les courses départ en ligne

315.6.1 L'aire de départ en ligne doit présenter des traces parallèles sur 100 mètres, où il est interdit à chaque coureur de quitter sa trace. Ensuite il y a une zone dans laquelle les traces de départ convergent vers une largeur de piste permettant la pose de quatre traces pour le classique ou pour le libre permettant à trois skieurs de front de skier sans se gêner sur la majeure partie de la piste. Sur le parcours, les endroits pouvant causer des engorgements doivent être supprimés.

315.7 Préparation pour les courses de sprint, voir art. 360.4 et 361.5

316 Marquage de la piste

316.1 Le marquage ou jalonnage de la piste doit être clair afin qu'il ne puisse y avoir aucun doute quant à son parcours. Lors des JOH, et CMS, les couleurs fixées doivent être publiées avec la description de la piste.

316.2 Des repères kilométriques doivent indiquer la distance parcourue. Lors des JOH, CMS, CMJS et épreuves CM, chaque kilomètre doit être marqué. Dans les autres compétitions, ceci devrait être fait, si possible. Le marquage des 5 derniers kilomètres est obligatoire.

316.3 Les bifurcations et les points d'intersection sont à indiquer par un marquage visible. Les parties de pistes non utilisées devront être barrées.

317 Postes de rafraîchissements

317.1 Lieu d'implantation

317.1.1 Sur les parcours jusqu'à 15 km, il faut installer un poste de rafraîchissement dans le stade. Sur les parcours jusqu'à 30 km, trois postes sont à installer, jusqu'à 50 km six postes disposés de telle sorte que les coureurs puissent bien les utiliser.

317.1.2 Pour toutes les compétitions de départ en ligne, les entraîneurs doivent rester sur une position fixe pendant le ravitaillement en boisson aux compétiteurs.

318

Sécurité du parcours

318.1

Lors des JOH, CMS, CMJS et des compétitions de CM, le parcours doit être clôturé des deux côtés, là où il est possible aux spectateurs de gêner les concurrents.

320

Le stade de ski de fond

320.1

L'aire de stade

320.1.1

Pour les JOH, CMS et épreuves de CM, un stade avec une aire de départ et une aire d'arrivée bien conçues est à installer.

320.1.2

La disposition du stade devrait former une entité fonctionnelle, subdivisée et contrôlée grâce à des portes, des clôtures et des zones marquées. Il doit être aménagé de telle sorte:

- qu'il puisse être parcouru plusieurs fois par les coureurs
- que les coureurs, officiels, médias, techniciens de firmes et spectateurs puissent accéder facilement aux emplacements qui leur sont attribués
- qu'il y ait assez de place pour effectuer des départs individuels, départ poursuite et de relais et que l'arrivée ait la longueur requise (art. 315).

320.1.3

Les coureurs doivent pouvoir se rendre sans être dérangés aux postes suivants:

- aire de préparation des équipes (cabanes des équipes),
- piste d'essai et piste d'échauffement,
- marquage des skis et contrôle de l'équipement,
- vestiaires,
- départ,
- passage ou zone de relais (avec sortie),
- arrivée,
- contrôle des skis après la ligne d'arrivée,
- assistance immédiate après la course (tentes pour le changement des vêtements, boissons etc.),
- sortie.

320.2

Conditions de travail

320.2.1

Les officiels de l'épreuve et le Jury doivent avoir, dans le cadre de cette unité fonctionnelle, des conditions de travail appropriées. Les entraîneurs, officiels, médias et techniciens de firmes se voient attribuer des zones spéciales de travail, sans qu'ils puissent déranger le déroulement du départ et de l'arrivée. L'accès de ces groupes de personne au stade sera réglé par différentes accréditations.

320.2.2

Le chronométrage et les calculs sont à installer dans un local avec une bonne visibilité communiquant bien sur le départ et l'arrivée.

320.2.3

Si l'on utilise le chronométrage électronique, le portillon de départ est placé sur la ligne de départ et les cellules photoélectriques sur la ligne d'arrivée. La prise des temps intermédiaires des passages devrait se trouver à côté de la ligne de départ ou d'arrivée.

- 320.2.4 Pour les JOH, CMS, CMJS et CM, un local de travail pour les officiels de la FIS et les membres du Jury doit être installé à proximité immédiate du stade.
- 320.2.5 Une pièce chauffée doit être mise à la disposition du service médical à proximité du stade.
- 320.3 Installations supplémentaires**
- 320.3.1 Des pistes d'échauffement doivent conduire au stade. Des traces de sortie le long du stade jusqu'à la piste doivent être prévues pour les coureurs, entraîneurs et officiels. Ces pistes doivent être clôturées et ne peuvent être utilisées qu'avec une accréditation spéciale.
- 320.3.2 Pour les JOH, CMS, CMJS et CM une aire clôturée de préparation des équipes avec cabines d'équipe doit être aménagée. Les services des firmes peuvent louer de la place ou une cabane dans cette aire. Les cabines doivent être chauffées et ventilées.
- 320.3.3 Des WC et des douches pour les coureurs sont à installer à proximité du stade. On doit pouvoir y accéder facilement du stade.
- 320.4 Installations pour les informations courantes**
- 320.4.1 Un tableau des températures avec indications des températures de l'air et de la neige. Le tableau doit indiquer les températures mesurées deux heures, une heure et une demi-heure avant le départ, au moment du départ, et une demi-heure, puis une heure après le départ.
- 320.4.2 Les températures doivent être mesurées dans le stade et aux endroits où des températures extrêmes sont à prévoir (point le plus bas et le plus haut, endroits ventés, ensoleillés, à l'ombre).
- 320.4.3 Pour les temps intermédiaires et les résultats inofficiels, un tableau d'affichage doit être utilisé.
- 320.4.4 Des haut-parleurs pour les transmissions et les informations importantes doivent être installés.
- 320.4.5 Dans le but d'informer les coureurs, les entraîneurs, les spectateurs etc., il faut utiliser au moins une langue FIS (anglais, français, allemand) en complément de la langue de l'Organisateur.

E. Nouveaux formats de compétition

360

Courses individuelles de sprint

360.1

Les courses de sprint individuelles se déroulent avec une épreuve de qualification, se déroulant en départ individuel. Après la qualification, les athlètes sélectionnés s'affrontent en séries de finales de sprint, de différentes formes, avec départs en ligne.

360.3.6

Procédures de départ et faux départ

360.3.6.1

Un système électronique ou mécanique peut être utilisé pour les tours de qualification si le DT, l'assistant DT ou le DC l'approuve. Pour une CM ce système doit pouvoir accueillir 6 coureurs sur une seule ligne pour les quarts de finale (largeur de 18m pour la technique libre). La zone de départ doit être composée d'une ligne de départ et d'une ligne de pré-départ située 2 mètres en retrait. Les coureurs sont rassemblés sur la ligne de pré-départ où des instructions sont données et les positions de départ désignées. Le starter donne le signal suivant « A vos marques » et les coureurs avancent sur la ligne de départ et se mettent en position. Quand tous les coureurs sont en position, le starter donne le signal suivant « prêts ». Après que le signal prêt a été donné, les coureurs ne doivent plus bouger dans leur position. Environ 2-5 secondes après que le signal prêt a été donné les portes de départ s'ouvrent en même temps que le signal de départ.

360.3.6.2

Un départ qui n'utilise pas de portillons de départ, utilise la même procédure comme expliquée ci-dessus.

360.3.6.3

Un faux départ, dû à une erreur d'un coureur ou un défaut d'ouverture de portillons, peut être déclaré par le starter. Après un premier faux départ déclaré sur une série, un faux départ supplémentaire déclaré amène le coureur qui l'a effectué à être retiré de la compétition. Le coureur sera classé à la dernière position de ces finales, demi-finales ou quart de finales (place 6, 12, 30 ou 4, 8,16).

360.3.7

Si le coureur ne part pas ou ne skie pas toute la distance du parcours, dans chaque série, il sera classé à la dernière position de ces finales, demi-finales ou quart de finales (place 6, 12, 30 ou 4, 8,16).

360.3.8

Si un coureur ne finit pas sa série pour cause de force majeure, il sera classé dernier dans sa série.

360.3.9

Si une obstruction amène à une disqualification, et que cette obstruction empêche un autre athlète d'aller au tour suivant, cet athlète sera autorisé à aller au tour suivant. Dans ce cas l'athlète concerné partira en deuxième ligne 6m derrière. Cette règle s'applique exceptionnellement dans le cas où l'obstruction est intentionnelle (voir art. 223.1.3).

360.3.10

Une obstruction peut aussi être sanctionnée par un déclassement en dernière place de la série, accompagné d'un avertissement écrit (voir art. 223.3).

360.4

La piste

- 360.4.1 Le départ doit comporter des couloirs ou traces en ligne droite sur les premiers 30-50m.
- 360.4.2 La piste doit être tracée assez large (6 – 10m) et sans courbes serrées, afin que les conditions soient les mêmes pour tous les concurrents.
- 360.4.3 Les sections de piste doivent être droites, larges et assez longues pour permettre les dépassements.
Dans les parties droites, des couloirs peuvent être mis. Ces couloirs doivent avoir des largeurs de 3 m en technique libre et de 1,5m en classique.
- 360.4.5 Le nombre de couloirs d'arrivée qui sont marqués dans la zone d'arrivée doivent être du même nombre que les coureurs dans la série, avec un maximum de 4 couloirs. Pour JOH, CMS, CMJS et CM c'est une obligation. Ces couloirs marqués doivent d'une longueur minimum de 50 m.
- 360.4.6 La longueur de la zone d'arrivée doit être de 80m au minimum.

361

Relais-sprint

361.1 Le relais-sprint est une épreuve de relais disputée par deux athlètes qui accomplissent alternativement chacun 3 à 6 tours. Le nombre et les distances de chaque tour doivent être publiés dans l'invitation officielle.

361.2 Inscription/quotas

361.2.1 Le nombre d'équipes dans chaque série de demi-finale ne doit pas dépasser 15 et le nombre d'équipe en finale ne doit pas dépasser 10. Normalement, 2 séries de demi-finale servent pour sélectionner les équipes dans une compétition de Relais sprint. La composition des séries de demi-finales et finales doivent respecter les règles et principes des compétitions de sprint. Se référer aux exemples CM sur le site FIS. L'avancement des séries de demi-finales en finales doit respecter les principes suivants :
Si les séries de demi-finales ne sont pas chronométrées, les 5 premières équipes de chaque demi-finales avancent en finale. Si les séries sont chronométrées, les 3 premières équipes de chaque demi-finale avancent en finale et les 4 équipes suivantes les plus rapides classées 4ème à 7ème avancent en finale.

361.3 Ordre de départ

361.3.1 L'équipe avec le plus petit total des points FIS sprint part en première position, celle avec le second plus petit total suivant en deuxième position etc. Lorsque deux équipes ont le même nombre de points, la première position sera prise par celle qui a dans ses rangs l'athlète avec le nombre de points le plus bas. Si l'égalité subsiste encore, l'ordre de départ sera tiré au sort.

361.3.2 Jusqu'à deux heures avant le départ, la composition de l'équipe peut être changée. Dans ce cas l'équipe sera placée à la fin de la grille de départ. Si plusieurs équipes doivent être placées à la fin de la grille de départ, leur placement se fera d'après leur ordre de départ original. Les positions originales de départ resteront vides.

361.4 Position de départ

En fonction du terrain de départ, deux à six traces de départ seront aménagées, lesquelles sont en ligne droite sur les premiers 100 m.

Le coureur de départ de l'équipe numéro un part sur la ligne de départ numéro une. Le coureur de départ de l'équipe numéro deux part dans la

deuxième ligne, mais 1–3 m derrière la ligne de départ numéro une, etc. Le coureur de départ n'a pas le droit de changer de trace jusqu'à ce qu'il ait franchi la ligne marquée de fin de traces de départ.

361.5

Pistes et zone de relais

361.5.1

Le parcours doit comporter de nombreuses sections droites, larges et suffisamment longues pour permettre les dépassements.

361.5.2

La zone de relais doit être large de 15 m et d'une longueur minimum de 45 m. La zone de relais doit être choisie et préparée de telle sorte qu'elle réduise le tempo des athlètes et rende possible un passage de relais irréprochable.

361.5.3

Une zone de préparation des skis doit se trouver près de la zone d'échange. Un préparateur par équipe est autorisé à travailler sur les skis des coureurs durant les demi-finales et finales. La possibilité d'utiliser des tables de fartage dépend de la place disponible dans la zone, et la décision revient au jury.

361.5.4

Arrivée : Il doit y avoir au moins 3 couloirs d'arrivée. Les règles de photo d'arrivée et zone d'arrivée s'appliquent, voir RIS art. 353.1. Pour JOH, CMS, CMJS et CM 4 couloirs sont nécessaires.

361.6

Scores et résultats

361.6.1

Pour les skieurs rattrapés se référer au RIS art 340.1.5

361.6.2

La liste de résultat final sera publiée ainsi:

Toutes les équipes en finale seront classées selon leur ordre d'arrivée en finale. Lorsque des demi-finales sont utilisées, les équipes qui ne vont pas en finale, seront classées selon leur rang de chaque demi-finale. Par exemple si 5 équipes sortant des demi-finales, avancent en finale, alors les équipes placées 6^{ème} de chaque demi-finale auront le rang de 11 et 12^{ème} selon leur temps dans les demi-finales. Les équipes placées 7^{ème} de chaque demi-finale auront le rang de 13 et 14^{ème} selon leur temps dans les demi-finales, etc.

361.7

Jury

361.7.1

Dans les relais sprint aux JOH, CMS, et CM une décision unanime d'au minimum 3 membres du jury (incluant le DT) revient à une décision du jury.

361.8

Protêt

361.8.1

Dû au fait du programme serré en temps des séries successives, les protêts ne sont pas acceptés dans les demi-finales. Les protêts ne sont acceptés qu'après la finale.

362

Courses Poursuite (avec et sans arrêt)

362.1

Les courses poursuite sont une combinaison de compétitions dont une partie se fait en classique et l'autre en style libre. Il peut y avoir un arrêt entre les deux techniques avec une reprise le jour suivant ou même une

heure et demi après le même jour. Pour JOH, CMS, CMJS et CM la course poursuite se fait sans arrêt.

363 Courses Poursuites avec arrêt

363.1 Cette forme de compétition, consiste en deux courses séparées, avec un résultat final à la fin de la seconde partie. Chaque partie est effectuée avec des techniques différentes.

363.2 Procédure de départ

363.2.1 La première course s'effectue en départ individuel et produit un résultat intermédiaire (voir RIS art 351.2).

363.2.2 Pour la deuxième compétition, le vainqueur de la première course part en tête, le deuxième en deuxième, etc. Les intervalles de départ sont les mêmes que les intervalles à l'arrivée de la première course, en enlevant les dixièmes de seconde.

Exemple:

Résultat de la première course:

Place	Nom	Nation	Temps final
1	SVENSSON, Lars	SWE	25:12.(9)
2	ARKJANOW, Nikolai	RUS	25:14.(2)
3	KRECEK, Jan	CZE	25:21.(7)

La liste de départ doit être établie selon l'exemple suivant:

Num. de départ	Nom	Nation	Heure de départ
1	SVENSSON, Lars	SWE	0:00
2	ARKJANOW, Nikolai	RUS	0:02
3	KRECEK, Jan	CZE	0:09

363.2.3 Pour éviter que des coureurs rattrapent des coureurs partant plus tard, le jury peut décider d'un départ en ligne pour ces derniers coureurs. Le jury peut décider de réduire le nombre de coureur pour le départ de la deuxième course.

363.2.4 Le départ de la poursuite se fait sans portillon électronique de départ. Les officiels de départ d'avoir s'assurer que les coureurs soient prêts au départ.

363.2.5 Afin de garantir un départ exact, une grande horloge de départ doit être utilisée. Le départ doit être préparé de telle façon que plus de deux coureurs puissent partir en même temps. Les premiers 100-200 mètres doivent être préparés avec une largeur d'au moins 6 mètres.

363.2.6 La deuxième partie de la compétition doit se dérouler en poursuite. Avec des conditions de temps difficiles, le jury peut décider d'annuler ou

reporter l'épreuve. S'il y a annulation, le résultat de la première épreuve comptera comme résultat final.

363.3

Résultats

Le calcul du résultat final en poursuite s'obtient par la combinaison de la première course sans les dixièmes et la deuxième course avec les dixièmes. Voir aussi RIS art 340.1.5 et 363.2.6

364

Courses poursuites sans arrêt

364.1

Les courses poursuites sans arrêt se déroulent avec une première partie départ en ligne, suivies par un changement de ski dans une zone d'échange située dans le stade et continuation avec la seconde partie. Chaque partie utilise une technique différente.

364.2

Départ

364.2.1

Un départ en ligne avec handicap (en flèche) doit être utilisé.

364.2.2

L'ordre de départ se fait selon les points FIS ou points CM

364.2.3

Le marquage des skis classiques et de patinage est obligatoire.

364.3

Piste

364.3.1

Distances : Hommes 10 km + 10 km ou 15 km + 15 km
Dames 5 km + 5 km ou 7.5 km + 7.5 km

364.3.2

Deux pistes séparées doivent normalement être utilisées. La piste doit avoir une homologation de catégorie E.

364.4

Boxes d'échanges

364.4.1

Dimensions des boxes : longueur 2 m – 2.5 m; largeur 1.2 m – 1.5 m.

364.4.2

Il n'y a pas de contrôle de la technique à l'intérieur de la zone des boxes.

364.4.3

La piste le long des boxes doit avoir une largeur minimum de 4 m. La piste de sortie des boxes doit être d'un minimum de 6 m.

364.4.4

Le dépassement dans la zone d'échange des boxes est seulement autorisé à distance de ceux-ci.

364.4.5

Les équipements de technique libre doivent être déposés dans les boxes avant le départ en ligne. Les vêtements sont interdits dans les boxes.

364.4.6

Les skis doivent être échangés, les chaussures et bâtons peuvent être échangés. Tous les changements doivent être effectués dans les boxes sans assistance. Le matériel échangé doit être laissé dans les boxes jusqu'à la fin de la compétition.

364.4.7

5mn avant le départ, les entraîneurs et personnels de service doivent quitter la zone des boxes.

- 364.5 Résultats**
364.5.1 La ligne de passage intermédiaire sera fermée dès que le premier coureur aura passé la ligne d'arrivée.
364.5.2 Pour les coureurs rattrapés se référer au RIS art 340.1.5

F. Relais

371 Organisation

371.1 Règle de base

- 371.1.1 L'organisation des courses de relais est identique à celle des autres épreuves de ski de fond avec les compléments suivants:

371.2 Officiels particuliers

- 371.2.1 Le directeur d'épreuve désigne le chef du départ en ligne et du passage de relais qui, avec ses assistants, mène à bien l'exécution du départ en ligne et veille à ce que le passage des relais se fasse d'après l'art. 376.8.1. L'un de ses assistant appelle les coureurs dans la zone de relais pour le passage de relais, un autre enregistre tous les détails de passage de relais incorrects.
- 371.2.2 Le Jury désigne parmi ses membres un juge de relais qui contrôle le déroulement réglementaire de départ en ligne et du passage des relais.

372 Aménagements techniques et préparation

372.1 Le départ

372.1.1 La zone de départ

La zone de départ doit se situer sur un terrain relativement plat et doit pouvoir accueillir une ligne droite de 100 mètres minimum. Les traces sur la grille de départ doivent être séparées par une distance d'au moins 1.5 mètres.

- 372.1.2 La grille de départ du relais.
Les lignes de départ du relais seront préparées en forme de flèche, se référer à l'article 351.3 du RIS

372.2 Positions de départ

- 372.2.1 Les coureurs du premier parcours de relais se placent sur la ligne de départ, le numéro de dossard 1 part sur la trace du milieu, le numéro 2 à sa droite, le numéro 3 à sa gauche etc.
En cas de terrain inégal, la ligne de départ doit être installée de telle sorte que chaque coureur bénéficie des mêmes conditions. Les marques de départ doivent se situer à droite du coureur.

372.2.2 Normalement, chaque nation peut inscrire plus d'une équipe officielle. La première équipe reçoit une meilleure position de départ que la deuxième équipe, celle-ci une meilleure que la troisième équipe, etc. Les équipes inofficielles sont rangées à la fin.

372.2.3 Si pour des raisons d'espace, tous ne peuvent pas partir les uns à côté des autres, il est permis de mettre en place deux ou plusieurs lignes de départ à une distance d'au moins 4 mètres et de faire partir tout le monde en même temps.

373 La piste

373.1 Longueur de piste

373.1.1 La piste de relais pour les hommes et les juniors hommes est normalement de 10 km, celle des dames et des juniors dames 5 km.

373.1.2 La longueur du premier parcours de relais peut dévier de +/- 5 % des autres parties de parcours en fonction de la disposition du stade.

373.2 Technique classique

373.2.1 En principe, la piste de relais est préparée avec 2 traces.

373.3 Technique libre

373.3.1 La piste sera préparée aussi large que possible et au minimum 6 m. Pour la préparation, voir art. 315.4.1.

373.4 Combiné de technique classique et libre

373.4.1 Aux JOH, CMS et CMSJ, les deux premiers parcours sont effectués en technique classique sur une piste pour technique classique et les deux suivants en technique libre sur une piste pour technique libre. Les 2 techniques peuvent être effectuées sur la même piste, si celle-ci est assez large (9m).

374 La zone de passage des relais

374.1 Procédé

374.1.1 Elle doit être rectangulaire avec une longueur de 30 mètres et une largeur suffisante, nettement marquée et clôturée, sur un terrain plat ou en légère montée près du départ et de l'arrivée.

375 Couleurs

375.1 Dossards

375.1.1 Pour chaque parcours du relais, on utilisera des couleurs de dossards différentes. Pour les JOH, CMS et épreuves CM, les couleurs prescrites sont les suivantes: 1^{er} parcours rouge ; 2^{ème} parcours vert ; 3^{ème} parcours jaune, 4^{ème} parcours bleu.

376 L'épreuve et les compétiteurs

376.1 Relais

376.1.1 Les équipes se composent de trois ou quatre concurrents, suivant les invitations. Chaque membre de l'équipe ne peut effectuer qu'un seul parcours. Pour les JOH ; CMS, CMSJ et les épreuves de CM, le relais se compose de quatre concurrents.

376.2 Inscriptions

376.2.1 Deux heures avant la réunion des chefs d'équipe, le nom des quatre coureurs et leur ordre de départ doivent être renseignés à l'organisateur (bureau de compétition). Une fois passé ce délai, ils ne peuvent être remplacé qu'en cas de « force majeure » (voir 335.1.1 pour savoir à quelle condition).

376.3 Le tirage au sort

376.3.1 En règle générale, les numéros des dossards sont tirés au sort. Pour les JOH, CMS et CMSJ, les numéros des dossards correspondent aux résultats des précédents JOH, CMS ou CMSJ. Pour les épreuves de CM, c'est le classement de la Coupe des Nations de l'année précédente qui détermine les numéros de dossard. Les équipes de relais qui n'apparaissent pas dans ces listes de résultats sont placées à la suite, leurs numéros de dossard seront tirés au sort. Cette méthode peut aussi être appliquée pour d'autres compétitions.

376.4 Engagements en retard

376.4.1 Pour les JOH, CMS, CMSJ et CM les engagements après le tirage au sort ne seront pas admis. Pour les autres épreuves, le Jury décidera de leur admission.

376.5 Marquage des skis

376.5.1 Les couleurs sont les mêmes que pour les parcours de relais des épreuves de JOH et CMS : 1. rouge, 2. vert, 3. jaune, 4. bleu (art. 375.1.1).

376.6 Procédé de départ

376.6.1 Le départ est effectué en ligne.

376.7 Ordre de départ

376.7.1 Le starter doit se placer au départ de telle façon qu'il puisse être bien entendu par tous les coureurs.

376.7.2 Pour les procédures de départ en ligne voir RIS 351.3.4

376.7.3 En cas de faux départ, les assistants du starter qui se trouvent à environ 100 mètres devant la ligne de départ ferment la piste sur un signe convenu du starter. Celui-ci donne ensuite un nouveau départ.

376.8 Le passage du relais

376.8.1 S'effectue par une tape de la main du coureur qui arrive sur n'importe quelle partie du corps du coureur au départ. Les deux coureurs doivent

se trouver dans la zone du passage de relais. Le jury décidera de la sanction à appliquer si le passage n'était pas fait dans les règles. Les coureurs relayeurs ne peuvent entrer dans la zone de relais que lorsqu'ils y sont appelés. Il est interdit de pousser le compétiteur suivant.

377 Chronométrage et résultats

377.1 Règle de base

377.1.1

Le chronométrage et les calculs sont effectués de la même façon que dans les autres épreuves de ski de fond, art. 351 à 355 et 340.1.5 avec les compléments suivants:

377.2 Chronométrage

377.2.1

Le temps intermédiaire du coureur individuel est pris lorsqu'il traverse la ligne pour la prise du temps intermédiaire. Ce temps compte comme temps de départ pour le coureur suivant.

377.2.2

Le temps total d'une équipe est calculé à partir du départ du premier concurrent jusqu'au franchissement de la ligne d'arrivée par le dernier équipier. L'ordre dans lequel les coureurs du dernier parcours de relais franchissent l'arrivée détermine l'ordre de classement des équipes (voir aussi 353.1.4, 353.1.5).

G. Directives pour les courses de ski de fond populaires

380 Définition des compétitions de ski de fond populaires (CSFP)

380.1 Compétitions

380.1.1

Les compétitions de ski de fond populaire (CSFP) sont des épreuves ouvertes à tous les skieurs de fond, licenciés ou non licenciés, sans limitation de distances de parcours ou de dénivelé de la compétition.

380.1.2

« Populaire » se réfère à un format de compétition avec des départs en ligne, d'une distance minimum de 30 km pour les dames et 50 km pour les hommes. Le parcours suit le mouvement naturel du terrain.

381 Inscription et compétiteurs

381.1 Inscriptions

381.1.1

Les inscriptions sont à faire parvenir rapidement par la poste, email ou transmission similaire en accord avec les règles sur les invitations. Les inscriptions effectuées à l'avance peuvent bénéficier d'un droit d'inscription réduit. Pour les inscriptions tardives, des frais supplémentaires peuvent être demandés.

- 381.2 Licences**
381.2.1 Les compétiteurs licenciés doivent se conformer aux conditions de licences requises par leur Fédération Nationale.
- 381.3 Groupes de départ**
381.3.1 Les coureurs peuvent être placés dans différentes positions de départ suivant leurs aptitudes de compétiteurs. Un groupe de départ élite peut également être composé; la composition se base sur des performances précédemment connues ou sur la nomination par la Fédération nationale de ski ou par les points FIS.
- 381.4 Répartition en groupes**
381.4.1 Les compétiteurs sont regroupés en fonction des résultats obtenus les années précédentes de ce type de compétition ou d'autres compétitions. Ils seront également groupés par sexe et par âge ou groupés d'après la date d'inscription ou groupés d'après la date d'inscription.
- 381.5 Résultats**
381.5.1 Des listes séparées des résultats pour hommes et dames doivent être publiées.
- 381.6 Compétiteurs**
381.6.1 Les CSFP sont organisées pour le plaisir de tous les participants. Parce que ces compétitions comprennent des compétiteurs possédant des niveaux d'expérience et d'aptitudes très différents, un bon comportement sportif et courtois envers les autres participants est essentiel. Les compétiteurs qui ont un comportement antisportif ou qui ne suivent pas ces règles ou celles de la compétition seront disqualifiés par le Jury. Pendant une CSFP, les compétiteurs doivent:
- suivre la piste marquée du départ jusqu'à l'arrivée en passant par tous les postes de contrôle
 - terminer la course sur les skis en utilisant uniquement leurs propres moyens de propulsion et sans assistance extérieure
 - ne jamais gêner les autres compétiteurs
 - faire un effort raisonnable pour permettre le passage des skieurs plus rapides. Normalement les compétiteurs plus lents doivent utiliser la trace de droite ou le côté droit, les plus rapides le côté gauche.
- 381.7 Les concurrents qui partent dans un groupe d'élite doivent remplir les conditions selon l'art. RIS 207 «Publicité et marque commerciale» et l'art. 222 «Equipeement de compétition. »

382 Information

382.1 Annonce

- 382.1.1 *Annonce*
L'annonce mentionnera les informations suivantes:
- le nom de la compétition
 - le lieu de la compétition et si envisagé, le lieu de repli

- distance (s) de la piste et technique (s)
- la date et l'heure de départ
- le procédé des lignes de départ par groupe
- la clôture des inscriptions
- les frais d'inscription
- les informations concernant l'hébergement et le transport
- les prix et récompenses
- les dispositions de remboursement en cas d'annulation
- les règles d'assurances
- toute autre information utile et nécessaire.

382.2 Information pour les compétiteurs

382.2.1 Avant le départ de la compétition, les coureurs recevront des informations concernant les points suivants:

- l'heure de départ
- le descriptif de la piste et le profil
- la ou les technique(s)
- l'information concernant les transports
- s'il y a lieu, l'autocollant d'identification ou la carte de contrôle
- le marquage des skis
- la procédure au départ
- l'aire d'échauffement et les procédures
- les postes de ravitaillement et de rafraîchissements
- la procédure à suivre si un skieur ne termine pas la compétition
- la procédure à l'arrivée
- les informations concernant les procédures d'urgence médicale
- les temps limites s'il y en a
- les transports et dépôts des vêtements
- les lieux d'habillage ou de déshabillage, les lieux des installations de douches et les points d'alimentation
- la diffusion et la proclamation des résultats par groupes
- les procédures en cas de protêt
- les prix et récompenses
- les procédures d'annulation de la compétition à délai court
- la date et le lieu des réunions des chefs d'équipe et du Jury, conférence de presse et autres réunions
- le service de communication
- les autres informations nécessaires.

383 Jury

383.1 Le Jury

383.1.1 En plus de son rôle d'arbitre en cas de différents, le Jury sera, auprès de l'Organisateur un conseiller pour les différents aspects de la course. Dans les CSFP, la sécurité des compétiteurs sera un élément prioritaire. Le Jury sera composé:

- du DT qui est le président du jury
- de l'assistant national du DT, désigné par la fédération organisatrice.
- du directeur d'épreuve

Le DT pourra inviter d'autres personnes aux réunions de jury si nécessaire. Ces personnes sont consultées mais n'ont pas de droit de vote.

384

La piste

384.1

Largeur

384.1.1

Tous les obstacles doivent être écartés de la piste sur une largeur permettant au minimum la réalisation d'une double trace sur toute la longueur de la piste. Pour les épreuves en technique libre, la largeur de la piste doit permettre de doubler sans gêne.

384.2

L'aire de départ

384.2.1

L'aire de départ doit être plate ou à peu près plate. Elle doit conduire directement sur la piste et être assez large pour éviter un encombrement excessif. L'aire de départ doit se rétrécir graduellement vers la largeur de la piste sur une distance suffisante en longueur pour permettre aux compétiteurs de se déployer avant d'entrer sur la piste. L'aire de départ doit être organisée de façon à assurer:

- le marquage des skis
- le contrôle de l'identification des compétiteurs
- le contrôle des marques commerciales
- les lignes des groupes de tête de série
- le contrôle de la concentration de la masse.

384.3

L'aire d'arrivée

384.3.1

La piste entrera dans l'aire d'arrivée par une approche plate et droite. L'aire d'arrivée sera plate et suffisamment large pour permettre à plusieurs coureurs de terminer en même temps sans se gêner les uns les autres. Les derniers 200 mètres devront avoir une largeur d'au moins 10 mètres divisés en au moins trois couloirs séparés par un marquage approprié. Où ont lieu plus d'une compétition en même temps sur le même parcours (deux courses sur deux distances différentes), deux aires d'arrivée doivent être marquées pour éviter que les meilleurs coureurs de la plus longue compétition ne soient pas gênés par les plus lents de la plus courte compétition. L'aire d'arrivée doit être construite et équipée pour régler les problèmes de foule. L'accès aux ravitaillements, vêtements, douches, services médicaux, doit être clairement marqué, et dans plusieurs langues, et doit se trouver près de la zone d'arrivée.

384.4

Préparation de la piste

384.4.1

Avant la saison

Le parcours devra être nettoyé et entretenu afin que la compétition puisse se dérouler en toute sécurité même avec un minimum de couverture neigeuse.

384.4.2

Préparation hivernale

La piste devra être compactée durant l'hiver pour avoir l'assurance d'obtenir une base solide pour la préparation finale.

- 384.4.3** **Technique classique**
Normalement, la piste devra être préparée avec deux traces. Là où la largeur le permet, plus de traces pourront être préparées. Dans les descentes raides ou à d'autres endroits qui seront désignés par le DT et le directeur d'épreuve, les traces seront supprimées. Dans l'aire d'arrivée, les derniers 200 mètres seront préparés avec autant de traces que possible. Dans des situations appropriées et avec l'accord du DT et du directeur d'épreuve, une préparation de la piste pourra s'effectuer durant la compétition.
- 384.4.4** **Technique libre**
Dans les compétitions en technique libre, la piste devra être bien compactée et suffisamment large pour permettre à deux skieurs de courir côte à côte. Là où cela est approprié, une trace pourra être placée le long d'un côté de la piste. Les 200 derniers mètres devront être préparés sur une largeur d'au moins 10 mètres. Cette partie devra être divisée en au moins trois couloirs et séparés par un marquage approprié.
- 384.4.5** **Les deux techniques**
Des compétitions peuvent être effectuées dans les deux techniques en même temps et sur la même piste. Dans de tels cas, la piste en technique libre sera séparée de la piste en classique à l'aide de séparations appropriées ou marquages de sorte que les skieurs classiques n'ont pas la possibilité d'utiliser l'autre piste et vice versa. Chaque piste sera compactée et préparée selon les art. 384.4.3 et 384.4.4.
- 384.5** **Mesurage et marquage**
- 384.5.1** La piste de compétition doit être mesurée en longueur du départ à l'arrivée à l'aide d'une chaîne, d'un ruban ou d'une roue de mesurage. Chaque kilomètre devrait être marqué. Les 500 derniers et les 200 derniers mètres devront également être marqués. Les parties dangereuses telles que descentes abruptes, courbes, croisements et traverses doivent être marquées.
- 384.6** **Ravitaillement**
- 384.6.1** Des postes de ravitaillement devront être installés approximativement tous les 10 km Si la piste est difficile, la distance entre les postes de ravitaillement doit être raccourcie. Sur terrain facile, la distance peut être allongée. Pour les compétitions de plus de 50 km, différents types de boissons et autres alimentations appropriées doivent être fournies.
- 384.7** **Choix du parcours**
- 384.7.1** Les CSFP doivent s'adapter à tous les niveaux des participants, c'est-à-dire des coureurs de loisir jusqu'aux coureurs d'élite. Le choix du parcours doit s'adapter aux capacités des participants.

385 **Contrôle**

385.1 **Procédé de contrôle**

385.1.1

Tous les aspects des compétitions doivent être contrôlés de manière à assurer la sécurité et le déroulement correct de la compétition pour les compétiteurs. La localisation des postes de contrôle et l'utilisation de contrôleurs doit être définie par le directeur de l'épreuve en accord avec le DT. Une particulière attention est à donner à ce qui suit:

- contrôle de la technique s'il y a lieu
- le skieur doit parcourir l'intégralité de la piste sans aucune possibilité de coupure
- il doit exécuter la totalité de la compétition avec les skis marqués selon les instructions de l'organisateur (les coureurs des groupes de tête doivent se soumettre à l'art. 340.1.1, tous les autres sont autorisés à changer un ski durant l'épreuve)
- s'assurer qu'aucune aide ou assistance n'est donnée aux compétiteurs conformément au RIS
- respect des règles du RIS concernant les marques commerciales
- procurer une piste de compétition libre de toute obstruction
- s'assurer que des coureurs n'empêchent ou n'obstruent pas le passage d'un autre
- d'autres aspects de contrôle si nécessaire.

385.1.2

Les contrôleurs doivent être qualifiés pour assurer les devoirs qui leur sont assignés.

386 **Service médical et secours**

386.1 **Chef du service médical**

386.1.1

Un chef du service médical doit être désigné pour chaque CSFP. Il sera membre du comité de l'épreuve et pourra être invité aux réunions de Jury. Le chef du service médical sera un médecin agréé.

386.2 **Planning**

386.2.1

Le chef du service médical aura à préparer les premiers secours, l'évacuation et un plan de notification pour les blessures, les accidents ou les décès. L'information concernant ce plan et ces procédures à suivre en cas de blessures, accidents ou décès, doit être fournie aux participants et officiels de course.

386.3 **Formation**

386.3.1

Le chef du service médical aura à désigner, à informer et à instruire un nombre suffisant de personnel médical, de secours et d'urgence pour faire face aux besoins de secours et médicaux des compétiteurs.

386.4 **Postes de premier secours**

386.4.1

L'emplacement des postes de premiers secours doit être marqué par une signalétique appropriée le long de la piste. Il devra y avoir des postes de premiers secours chauffés dans les aires de départ et d'arrivée.

I. Directives pour les courses de ski à roulettes

396 Compétitions de Ski à roulettes

396.1 Ski à roulettes Définitions dans le RIS

396.1.1 Les sujets abordés dans cette partie ont pour but de traiter seulement des points spécifiques au Ski à Roulettes et non traités dans les parties précédentes du RIS II pour le Ski de Fond.

396.1.2 Les parties précédentes du RIS seront utilisées pour donner les réponses où il y a une similitude entre ski de fond et Ski à Roulettes (Incluant notamment ICR 200-226.2).

396.1.3 En outre, les règlements de base s'appliquant au Ski de Fond s'appliquent aussi au Ski à Roulettes faisant partie du même sport.

396.2 Equipement en Compétition

396.2.1 Le ski à roulettes doit être un article de commerce disponible pour le grand public.

396.2.2 Des contrôles aléatoires pourront avoir lieu durant les compétitions.

396.2.3 Le diamètre de chacune des deux roulettes ne doit pas dépasser 100 mm.

396.2.4 La longueur du ski à roulettes ne doit pas être inférieure à 530 mm de l'axe antérieur à l'axe postérieur des roulettes.

396.2.5 Deux bâtons de skis avec des embouts spécifiques au ski à roulettes ou au ski de fond doivent être utilisés.

396.2.6 Un casque de cyclisme réglementaire et des lunettes de protection doivent être portés obligatoirement.

396.2.7 Les chaussures doivent être fixées au ski à roulettes par une fixation de ski de fond.

396.2.8 Le changement de bâtons et des skis à roulettes est permis pendant la compétition.

396.3 Formats de compétition et Programme

396.3.1 Les compétitions doivent se dérouler selon les formats et distances qui suivent ; peuvent se dérouler en style libre ou en style classique:

Prologue

Course de côte 4 – 6 km toutes catégories

Piste Sinueuse 8 – 12 km toutes catégories

Départ à intervalle ou Poursuite

20 km Dames toutes Cat. et Junior Hommes

30 km Senior Hommes.

Course de côte (Intervalle ou Poursuite ou départ en ligne)

Jusqu'à 10 km Dames toutes Cat. et Junior Hommes

Jusqu'à 15 km Senior Hommes

Sprint individuel

150 – 1000 m Toutes les catégories

Poursuite (avec ou sans arrêt)

4 – 20 km Dames toutes Cat. et Junior Hommes

4 – 30 km Senior Hommes

Sprint par Equipe (2 coéquipiers)

2 x 2 km x 3 tours Dames toutes Cat. et Junior Hommes

2 x 2 km x 5 tours Senior Hommes

Relais par Equipe

4 km x 3 tours Dames toutes Cat. et Junior Hommes

6 km x 3 tours Senior Hommes

Toutes les distances doivent être mesurées avec une précision, tolérance de +/- 10%.

396.4 Spécificités et traçage du parcours

396.4.1 Les compétitions de Ski à roulettes se tiennent sur de l'asphalte ou sur des surfaces dures et similaires artificielles ou non.

396.4.2 Le parcours doit être tracé en pensant avant tout à la sécurité des compétiteurs.

396.4.3 Les Obstacles et objets sur et aux abords de la piste doivent être supprimés ou, s'il n'est pas possible, doivent être clairement signalés et si nécessaire protégés par des matelas de protection.

- 396.4.4** La piste doit être d'au moins 4 m de large.
- 396.4.5** Les descentes ne doivent comporter aucun virage serré ou dangereux.
- 396.4.6** Une zone d'échauffement et de récupération doit exister et être sécurisée.
- 396.5 Préparation générale du parcours**
- 396.5.1 Le parcours doit être prêt pour l'inspection et pour l'entraînement officiel au moins un jour avant la compétition.
- 396.5.2 Le parcours doit être fermé au trafic. Seuls les véhicules du CO, du Jury et de la sécurité peuvent être sur le parcours pendant la compétitions et les entraînements officiels.
- 396.6 Conditions des coureurs**
- 396.6.1 La saison de compétition commence au 1er janvier jusqu'au 31 décembre. Réf. RIS CC article 331.1 pour les catégories d'âge.
- 396.6.2 La liste des participants doit être reçue au moins 14 jours avant le début des compétitions.
- 396.6.3 Méthode des séries et groupes.
- 396.6.4 Se référer au Règlement de la Coupe du Monde concernant les groupes de départ.
- 396.7 Postes de rafraîchissement**
- 396.7.1 Durant les compétitions de moins de 15 km le ravitaillement est seulement autorisé dans la zone d'arrivée après la ligne d'arrivée.
- 396.7.2 Pour les compétitions de plus de 15 km et jusqu'à 40km le ravitaillement est possible au bord de la piste sans l'usage des véhicules motorisés. Pour les courses de plus de 40 km un ravitaillement par moto reste à l'appréciation du jury.
- 396.7.3 Les bicyclettes sont interdites sur le parcours.
- 396.7.4 Les compétiteurs ont le droit de réparer ou de changer d'équipements pendant les compétitions mais sans aide extérieure ; la seule aide extérieure est le passage de main en main de pièces de rechange ou outils sans aide à la réparation.
- 396.8 Recommandations pour le départ et l'arrivée**
- 396.8.1** Une ligne de départ doit être correctement marquée au sol à la peinture.
- 396.8.1.1** L'aire de départ pour les départs en ligne doit être d'au minimum 6 mètres de large dans le but de garantir un départ régulier.
- 396.8.1.2 Patiner n'est pas permis pendant les 70 premiers mètres au départ.

396.8.1.3 Pour les départs de la poursuite, deux couloirs minimum doivent être utilisés avec une longueur minimum de 10 mètres et une largeur de 2 mètres minimum par couloir.

396.8.1.4 Pour les Coupes du Monde, durant les départs en ligne et de poursuites un enregistrement de la zone sans patinage doit être fait au départ et ainsi qu'à l'arrivée avec l'utilisation de minimum deux caméras digitales.

396.8.1.5 Il doit exister une liaison radio ou téléphonique entre l'aire de départ et d'arrivée.

396.8.1.6 Les aires de départ et d'arrivée doivent être sonorisées.

396.8.2 Conditions pour l'aire d'arrivée.

396.8.2.1 Trois couloirs de 2 m de large minimum chacun et marqués à 100 m de l'arrivée. Les 200 derniers mètres doivent être relativement linéaires.

396.8.2.2 Pour la Coupe du Monde FIS de Ski à Roulettes et pour les Championnats du Monde FIS, les couloirs à l'arrivée doivent être filmés avec deux caméras digitales. Un moyen de visionner les films doit être disponible à l'arrivée dans la salle du jury.

396.8.2.3 La ligne d'arrivée doit être clairement marquée au sol.

396.8.2.4 L'aire de décélération qui suit la ligne d'arrivée doit être d'au moins 100 mètres de long.

396.8.2.5 Les aires de départ, arrivée et de passage de relais doivent d'être sécurisées pour les spectateurs, les entraîneurs et le personnel de service non autorisé.

396.9 Chronométrage

396.9.1 Pour le Relais et le Sprint une camera photo finish doit être utilisée.

396.10 Aire d'échange

396.10.1 L'aire d'échange pour les Relais et les courses d'équipe sprint doit être d'au minimum 15 m de large et 50 mètres de long.

396.10.2 L'aire d'échange doit être correctement signalée avec une ligne à l'entrée. Quand la roue avant du premier compétiteur franchit la ligne d'échange, son coéquipier peut s'élancer à son tour. Un contact physique entre les coéquipiers n'est pas nécessaire.