



# SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®

SWEDISH SKI ASSOCIATION

Huvudsponsor





**TD & ARRANGÖRSKONFERENS**

**KLASSISK TEKNIK PÅ LÅNGLOPP**



# AGENDA

- Bakgrund och Regler
- Förberedelser och Arbetsätt
- Sanktioner

# BAKGRUND PROBLEMINVENTERING



# FILOSOFISKA RUMMET

- Grunden i all idrott är Fair play och att alla tävlar på lika villkor
- I och med anmälan till en tävling har åkaren samtidigt accepterat reglerna som gäller för tävlingen.
- I nästan alla fall hänvisas till ICR, International Competition Rules, eller den svenska översättningen av densamma.

# FILOSOFISKA RUMMET

- Om en åkare har anmält sig till en tävling, baseras denna anmälan på inbjudan.
- Står det att det är en tävling i klassisk teknik och det är ICR, eller SSF regler som gäller, då är det ju mot dessa regler som vi skall bedöma om åkaren följer eller inte.
- Om det är en tävling i klassisk teknik så är det inte den snabbaste åkaren från A till B som vinner, utan den åkare som genom klassisk teknik åker snabbast!
- Om en simmare anmäler sig till 50m bröstsim, ja då är det ju bröstsim som gäller och inte Crawl eller frisim, ganska självklart!





# FINNS DET ETT PROBLEM?

- Håller synen på klassisk åkning att luckras upp?
- Är Double pooling klassisk teknik?
- Har vi en ny grupp av deltagare, som kanske inte är fostrade med klassisk teknik?
- Lever den stora mängden Seedningslopp på viljan att åka de första km efter Berga by så snabbt som möjligt?

# VARFÖR INTE KLASSISK TEKNIK?

- Okunskap?
- Orkar inte?
- Fel spårsättning?
- Medvetet fusk?
- Förberedelser av arrangör och Jury?



# ÅKA RÄTT – INTE STRAFFA

Avsikten är inte att bestraffa så många som möjligt, utan att få alla att åka klassisk teknik.

# SÄRSKILT FOKUS

- Tidigare har noterades en ökning av bristen i kunskaperna om utförandet av klassisk teknik samt brotten mot densamma
- Eliten - egentligen inga problem
- Motionärerna - varierande
- Elitmotionärerna - största problemet och särskilt de som åker utan fästvalla. Många tror att de är bättre tränade än vad de är och de ser upp till ex.vis Ski Classics åkare.



# FÖRBEREDELSE OCH ARBETSSÄTT



# FÖRBEREDELSE

- Banan
  - Är banan anpassad till både den bästa och den minst erfarna åkaren
  - Finns det särskilt utmanande avsnitt avseende klassisk teknik?
- Spårsättning
  - Följer spåret ideallinjen?
  - Finns det riskpartier?
- Vädret



# FÖRBEREDELSE

- Lyft & Sätt
  - Bedöm om Lyft & Sätt är placerade på rätt ställen.
  - Övergång mellan olika antal spår.
  - Snäva kurvor.
  - Branta nedförsbackar

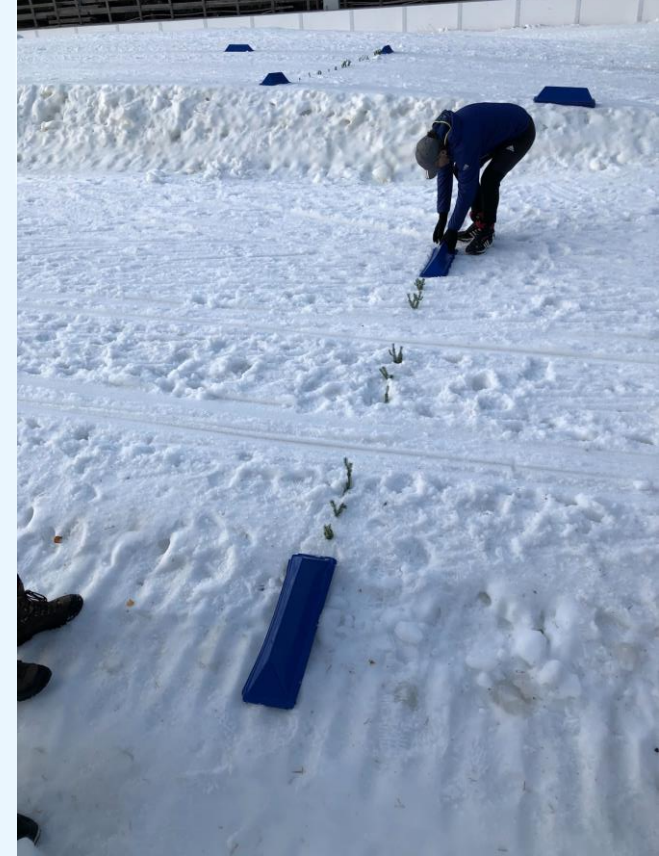
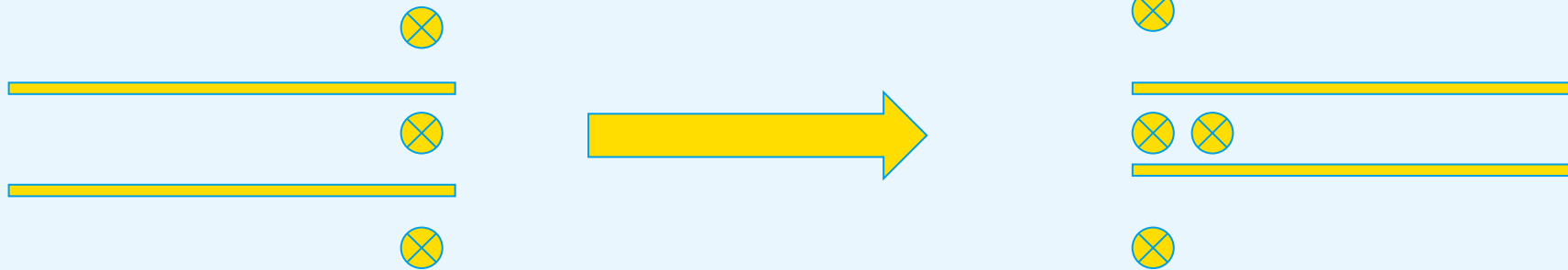
## Markeringar, TD eller Tävlingsledare

- Om tävlingen inte har en TD, kan Tävlingsledaren fatta beslut om ex.vis spårdragning, Teknikkontroller mm



# BANMARKERINGAR

- Vanligt Lyft & Sätt
- Kurvtagningsteknik tillåten



# TÄNK FARTKAMERA

- Målsättningen är ju inte att sätta dit så många som möjligt, utan att få så många som möjligt att åka klassisk teknik i HELA loppet
- Beskriv i PM/lagledarmöte att det kommer att vara Teknikkontroller
- Beskriv var de bland annat kommer att vara
- Sätt ut en skylt bredvid spåret



## TEKNIK KONTROLL



100 m





# TEKNIKKONTROLL

Genomförandet som sådant går vi inte igenom här

Se verktygslådan

- <http://verktygslådan.skidor.com>



# TEKNIKKONTROLL, PLACERING

- I uppförsbackar där dubbelstakning med eller utan frånskjut inte är naturligt om skidorna har fästvalla, gärna med lite större längd
- Både i början av banan men också i den senare delen.
- Även "knixar" kan vara intressanta, där skejtsteg inte är ovanligt
- Bär juryväst!

# JURYARBETE

## Hörande av aktiv

- Den aktive som brutit mot reglerna gällande klassisk teknik behöver ej höras, som beskrivs i ICR 224.7. En sanktion kan delas ut av en enhällig jury bestående av minst 2 jurymedlemmar (inklusive TD), dessutom behövs ej videobevis.
- Dock, video rekommenderas, se även senare.
- För kommunikation inom juryn rekommenderas appen WhatsApp. Appen fungerar bäst i telefonen, men det går även att parkoppla en surfplatta.



# INFORMATION INFÖR TÄVLING

Samverkan mellan TD och Tävlingsledare

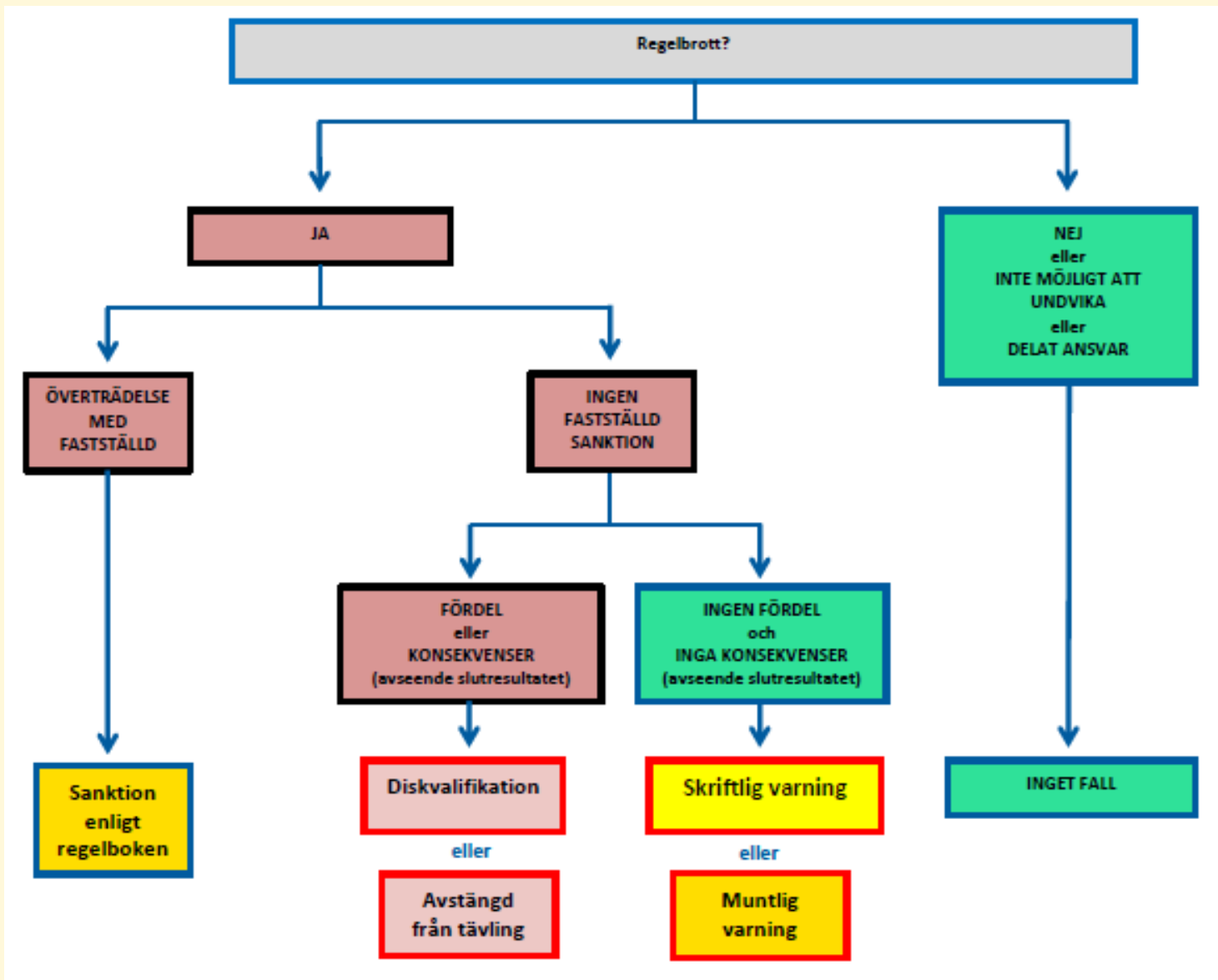
- Diskutera gemensamt hur Teknikkontrollerna skall utföras
- Teknik
- Kommunikation
- Beslutsfattande
- Information till tävlande
- Meddela i PM och på Lagledarmöte att Teknikkontroller kommer att finnas, och gärna var dessa bland annat kommer att vara placerade, sen kanske det finns fler, men det är en annan sak



# SANKTIONER



# BESLUTSSCHEMA



# SANKTIONER

## TD/Regelgruppens riktlinjer till sanktionstabell vid brott mot klassisk teknik i långlopp

Grad av regelbrott----->

		Avsiktligt och återkommande, längre sträcka, resultatpåverkande	Avsiktligt enstaka gång eller kortare sträcka och resultatpåverkande	Ej avsiktligt och återkommande eller längre sträcka	Ej avsiktligt enstaka gång eller kortare sträcka
FIS	Elited FIS-kod	DSQ	DSQ	WR	VR
	Elited	DSQ	DSQ	TP 15 min	VR
	Motionär	CS (+WR)	TP 15 min	VR	No case
Nordisk	Elit top 50/20	DSQ	CS (+WR)	TP 15 min	VR
	Tävlingsklass	DSQ	CS (+WR)	TP 15 min	VR
	Motionär	CS (+WR)	TP 15 min	VR	No case
Nationell	Elit top 50/20	DSQ	CS (+WR)	TP 15 min	VR
	Tävlingsklass	DSQ	CS (+WR)	TP 15 min	VR
	Motionär	CS (+WR)	TP 15 min	VR	No case

<----Tävlingsnivå



# MEDDELA SANKTIONER TILL AKTIVA

- DSQ – meddelas via resultatlistan
- CS/WR – meddelas via resultatlistan
- WR – meddelas via resultatlistan
- TP – meddelas via resultatlistan
- VR – direkt vid spåret eller vid målfållan

Teknikkontrollanten kan gärna vara tydlig direkt vid kontrollen och säga "Nummer XXX, endast klassisk teknik är tillåten!"



