



Huvudsponsor

VATTENFALL 

# TÄVLINGSREGLER - INTRODUKTION



# MÅNGA REGELVERK STYR LÅNGDSKIDSPORTEN?

RF's regelverk

Antidoping (WADA, RF, FIS)

Olympiska regler

FIS allmänna regler

ICR

SSF allmänna regler

Tävlingsregler längd

*Det finns även många bilagor och tillägg...*





# ICR OCH DEN SVENSKA REGELBOKEN

Ny upplaga varje år, både ICR och SSFs regler

Hur påverkar man?

Svenska boken – Ludvig Remb

ICR – Mikaela Sundbaum



*30 april årligen*



# VAD UTMÄRKER ICR?

Största uppdateringen på många år 2012

Enklare för alla att använda – läsa det som berör dig

Shall = skall

Should = bör

Skriven för tävlingar på högsta nivå OS, VM, VC  
(JVM, U23-VM)





# VAD UTMÄRKER SVENSKA REGELBOKEN?

Är en översättning – vid tveksamhet gäller ICR

*Bör* = rekommendation

*Skall* = skall

Ca. 70 svenska tillägg för svensk tillämpning

9 svenska bilagor (från specialtävlingar till  
utrustningsregler)

Övning ger färdighet ;-)



# STRUKTUR ICR OCH SVENSKA REGELBOKEN

- *130 & 131*
- 200-serien (FIS allmänna regler)

## A. Tävlingsorganisation

- 301 Organisationskommitté (OC)
- 302 Tävlingsledning
- 303 Juryn och dess uppgifter
- 304 Ersättning av kostnader
- 305 Lagledarmöten



# B. LÄNGSKIDTÄVNINGARNA – BANOR, ANMÄLAN, FORMAT

- 310 Tävlingsformat och program
- 311 Tävlingsbanor
- 312 Längdskidstadion
- 313 Officiella anmälningar
- 314 Startordning
- 315 Startprocedurer
- **316 Tidtagning**
- **317 Resultat**





# C. TÄVLINGSFORMAT

=> Specifika regler för varje format

321 Tävlingar med intervallstart

322 Tävlingar med masstart

323 Skiathlon

324 Jaktstart

325 Individuella sprinttävlingar (knockoutsprint)

326 Sprintstafett

327 Stafett



# C. TÄVLINGSFORMAT

- > Definition
- > Bana och stadium
- > Anmälan och ersättare
- > Startordning och startprocedur
- **> Tidtagning och resultat**
- > Jury och protester



## D. TÄVLINGEN OCH DE TÄVLANDE

### E. STARTFÖRBUD, SANKTIONER

- 341 Krav på deltagarna
- 342 Medicinsk undersökning
- **343 Tävländes ansvar**
- 344 Funktionärer och andras ansvar
  
- 351 Startförbud
- 352 Sanktioner





## F. PROTESTER OCH ÖVERKLAGANDE

- 361 Protester
- 362 Rätten att överklaga



# G. LÅNGLOPP

- 380 Definition av Långlopp
- 381 Anmälan och deltagare
- 382 Information
- 384 Banan
- 385 Kontroll
- 386 Sjukvård och Säkerhet
- 387 Kall väderlek
- 388 Inställelse eller senareläggning
- 389 Internationella regler för skidtävlingar





# H. RULLSKIDSTÄVNINGAR

- 396 Rullskidstävlingar



# SEKTION 3

## RIKTLINJER – SPECIALBESTÄMMELSER - BILAGOR

- Bilaga 1 Utdelningsprinciper för mästerskapstecken
- Bilaga 2 Riktlinjer poängpris
- Bilaga 3 Riktlinjer för flyttning/inställande av tävling
- Bilaga 4 Ekonomiska bestämmelser för SM, JSM och USM
- Bilaga 5 Övergångsregler samt blankett för övergång till annan förening
- Bilaga 6 Tävlingsutrustning Längdåkning
- Bilaga 7 Skidtävlingar i sträng kyla
- *Bilaga 8 Seedningsregler*
- *Bilaga 9 FIS riktlinjer för juryarbete*



# UPPDATERINGAR 2019





- **ICR**
- Ladies är nu Women
- 222.7 Förbud mot medicinsk utrustning
- 315.3.2 Juryn bestämmer om det ska vara startspår eller inte vid masstart
- 315.5.5 Klassisk teknik vid heatstart
- 343.8.1 Ny paragraf som skärper sanktionsrätten vid överträdelser mot klassisk teknik i individuella tävlingar.



- ICR
- 343.8.2 Tabell stavlängd
- 352.1.1.1 Beslutsschemat
- 352.2.7 Diskad i heat behåller sitt resultat från kvalet
- 381.6.2 Ny paragraf gällande åldersgränser vid deltagande i långlopp, med svenskt tillägg



- **Nationellt**
- Allmän översyn, tryckfelsnissse visar sig varje år 😊
- 131.2 Mindre uppdatering av tabellen för stafett i syfte att göra tabellen mer användarvänlig.
- 325.6.3 Nationella sprintstegen, **ÄNVÄND DEN!**
- Bilaga 5 Uppdaterad enligt det reviderade utrustningsreglementet.
- Bilaga 7 Uppdaterad med säsongens brytpunkter för FIS-listor.





Tack för att ni lyssnat!

Ludvig Remb  
ludvig.remb@skidor.com  
070-372 21 32