



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®

SWEDISH SKI ASSOCIATION

Huvudsponsor





**TD & ARRANGÖRSKONFERENS
BROTT MOT KLASSISK TEKNIK
24-25 OKTOBER 2020**

Uppdaterad 2021



AGENDA

- Bakgrund och Regler
- Förberedelser och Arbetsätt
- Sanktioner

BAKGRUND OCH REGLER



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.

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



REGELSTÖD KLASSISK TEKNIK

- Enligt ICR



DEFINITION KLASSISK TEKNIK

310.2.2.1 Klassisk teknik inbegriper **diagonalåkningstekniker, stakningstekniker med eller utan frånskjut, saxning utan glidsteg och riktningsändringstekniker.**

310.2.2.2 Diagonalåkningsteknik inbegriper alternerande diagonala rörelser med både armar och ben och inkluderar diagonalåknings- och saxningstekniker utan glidsteg. I diagonalteknik är bara en eller ingen stav i marken vid något tillfälle.

310.2.2.3 Riktningsändring tillåter steg med innerskidan och frånskjut med ytterskidan med avsikt att ändra åkriktning. **De sektioner av banan som tillåter riktningsförändringar måste markeras tydligt.**

310.2.2.4 När det finns ett eller flera preparerade spår är upprepade spårbyten eller att kliva i och ur spåret inte tillåtet.

310.2.2.5 Enkel- eller dubbelskejt är inte tillåtet.



KLASSISK TEKNIK

310.2.1 Tävlingsjuryn kan **förbjuda eller förstärka användandet av särskilda åktechniker inom markerade delar av banan.** Alla överträdelser inom markerade delar kommer att rapporteras till juryn.

310.2.2.3 Riktningssändring tillåter steg med innerskidan och frånskjut med ytterskidan med avsikt att ändra åkriktning. De sektioner av banan som tillåter riktningförändringar måste markeras tydligt.



BANPREPARERING

311.3.3.3 I kurvor bör spår läggas enbart där **skidorna obehindrat kan glida i spårrännan**. Där kurvorna är för snäva och farten uppskattas bli för hög för att kunna stå kvar i spåret, bör **spåret tas bort**. I kurvor läggs spåret nära banans kant/staket för att förhindra åkning mellan spår och banans kant.

311.3.3.5 Skidspåret bör läggas på sådant sätt att man får en **god skidföring och utan att glidmomentet påverkas av bromsning från bindningen eller skidskon**. Avståndet mellan de båda enskilda spårens mitt bör vara 17-30 cm mätt från det enskilda spårets mitt. Spår djupet bör vara 2-5 cm även i hårt frusen snö.

311.3.3.6 Läggs två eller flera spår ska avståndet mellan respektive spår vara 1,20 meter mätt från det enskilda spårets mitt.



LÅNGLOPP

384.4.4 Klassisk teknik

Normalt bör banan läggas med två spår. Där bredden gör det möjligt bör fler spår läggas i branta utförslöpor och på **andra platser som anges av TD och tävlingsledaren bör spåren tas bort**. I målområdet bör de sista 200 m läggas med så många spår som möjligt. Vid särskilda situationer kan preparering av banan ske under tävlingens gång, dock först efter TD:s och tävlingsledarens godkännande.



FILMTAJM

- <https://www.youtube.com/watch?v=J9KZpYgzSEI>
- <https://www.youtube.com/watch?v=iFrkwSrcBL0>

FÖRBEREDELSE OCH ARBETSSÄTT



FÖRBEREDELSE

- Åk spåret!
Om inte hela, men åtminstone efter kartstudier de mest tekniskt utmanande delarna och de sista kilometrarna
- Spårsättning
 - Det är bra om spårsättningen vid genomåkningen är lika med hur det kommer att vara på tävlingsdagen.
 - 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

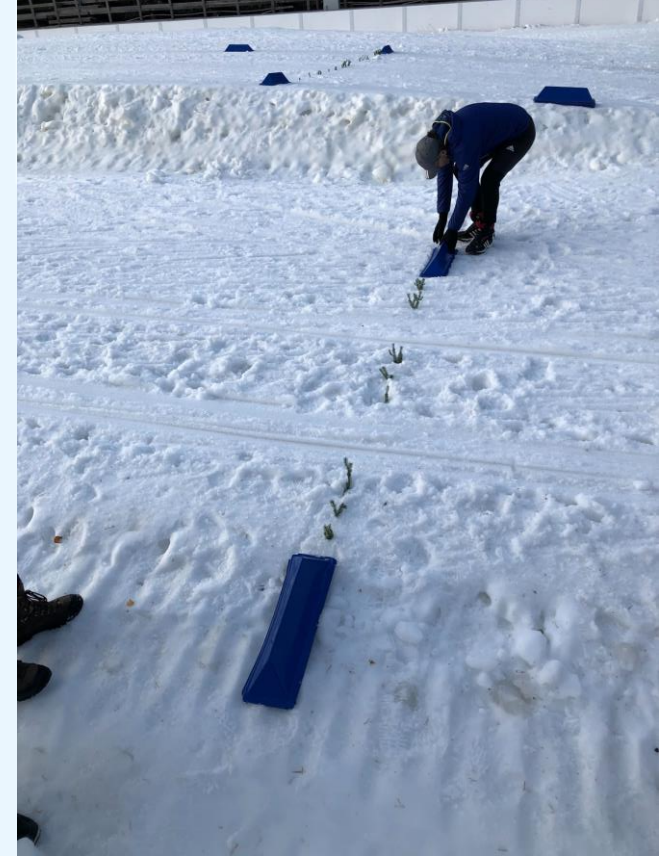
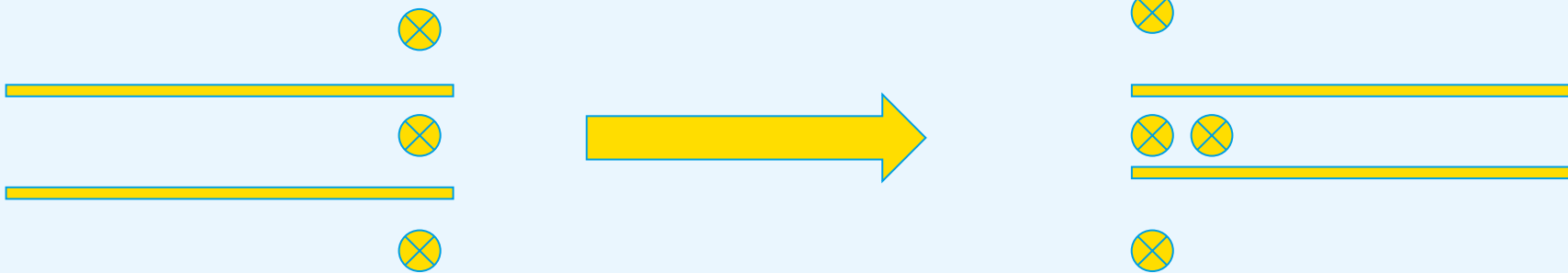
Markeringar, TD eller Tävlingsledare

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



BANMARKERINGAR

- Vanligt Lyft & Sätt
- Kurvtagningssteknik 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.



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!”



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



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
Tävlingsnivå	FIS Elited FIS-kod	DSQ	DSQ	WR	VR
	FIS Elited	DSQ	DSQ	TP 15 min	VR
	FIS 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

BESLUTSSCHEMA

