



**SVENSKA
SKIDFÖRBUNDET**[®]
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Falun 231013

SVENSKA SKIDFÖRBUNDETS REKOMMENDATIONER FÖR TRÄNINGSHJUL VID RULLSKIDTÄVLINGAR

Bakgrund

Antalet rullskidstävlingar som genomförs med det som kallas för "träningshjul", det vill säga där arrangören endast tillåter hjul som rullar med ett högre rullmotstånd än tävlingshjul (vanligen kallat "fria hjul"), är årligen ett antal runt om i landet.

SSF arbetar med att ta fram en testmetod och ett regelverk för ett standardiserat rullmotstånd på grund av att det finns så pass många tävlingar som har ett behov av att genomföras med lägre hastighet. Att ha flera klasser med olika rullmotstånd är också bra i träningssammanhang om man vill uppnå olika resultat med olika "tröga" rullskidor.

Regelverket ligger ännu en bit bort i tiden då det visat sig vara en komplex fråga. I väntan på att regelverket är på plats har därför SSF:s ansvariga rulltestat ett antal träningshjul mot varandra och skapat en lista med de hjul som rekommenderas om en arrangör vill genomföra en tävling med träningshjul.

*OBSERVERA: **Listan är en rekommendation**, det är alltså tillåtet för en arrangör att begränsa rullmotståndet med vilka hjul som helst. Listan är tänkt att vara ett hjälpmedel för de arrangörer som upplever att det är diskussion om vilka träningshjul som "rullar bäst", en diskussion som kan uppstå på tävlingar som genomförs med träningshjul.*

Än så länge omfattar rekommendationen hjul för klassisk teknik eftersom det är på den typen av tävling som rullmotstånds begränsningar är vanligast. En rekommendation med hjul för fri teknik kan komma att skapas om behov finns.

Svenska Skidförbundet

Riksskidstadion, SE-791 19 FALUN

Telefon: +46 (0)10-708 69 00

Webb: www.skidor.com

Huvudsponsor





SSF:s rekommendationer

- Rekommendationen är att man som arrangör bara godkänner hjul som har någon typ av instämplat markering på hjulen. Detta för att slippa diskussioner med de tävlande kring godkännandet. Det finns hjul som är helt omarkerade men dessa har i regel några år på nacken, sedan flera år tillbaka har alla seriösa rullskidstillverkare tydliga markeringar på hjulen som visar vilket rullmotstånd de har.
- I listan nedan står alla godkända hjul från respektive fabrikat. Till exempel under Swenor så står det 2, 3 eller 4. Vanliga standardhjul är då markerade med "2" instämplat i sidan av hjulet. Trögare hjul heter 3 eller 4, de går långsammare, men de är också godkända för att tävla på.
- Listan fylls på löpande med hjul som rulltestats och godkänts av SSF:s ansvariga.

| Hjulfabrikat | Märkning | Övrig information |
|----------------|---|------------------------------------|
| AE Roller Skis | 2, 3, 4 eller 5 | Svarta gummi-hjul |
| Atlas | 2 | Svarta gummi-hjul |
| Elpex | 2, 3 eller 4 | Svarta gummi-hjul och rosa PU-hjul |
| Fixy | 2 (instansat i metallen på sidan av hjulet) | Svarta gummi-hjul |
| Marwe | 0, 6 eller 7 | Svarta gummi-hjul |
| Skigo | 2 eller 3 | Svarta gummi-hjul |
| Skimateria | 2 | Blåa PU-hjul |
| Ski Skett | L, P, 2 eller 4 | Svarta och blåa hjul |
| Skistart | M eller 2 | |
| Swenor | 2, 3 eller 4 | Svarta gummi-hjul |
| Swix | 2 eller 3 | Svarta gummi-hjul |

Producenter som tillverkar hjul och vill ha dem rulltestade kontaktar Ludvig Remb (ludvig.remb@skidor.com) för vidare information.

Dessa rekommendationer är framtagna av Svenska Skidförbundets tävlingsprogramgrupp och TD- och regelgrupp.