



Regelverk för

ICA cup

Syftet

Syftet med Ica Cup är att kora det bästa skiddistriktet i Sverige bland 13-14 åringar. Tävlingsupplägget ska vara sådant att olika färdigheter som teknik, snabbhet, explosivitet och uthållighet ska gynnas. Tävling går vartannat år i klassisk stil och vartannat år i fristil.

Riksfinalen är i första hand en distriktstävling där fokus ska vara på lagtävlingen. Detta för att minska kraven på de individuella tävlingarna i för tidig ålder, vilket skulle kunna leda till att fler ungdomar lämnar sporten för tidigt. Som ett försök till minska på materialhysterin får endast ett par skidor användas under tävlingshelgen.

1§ Uttagningsregler för åkare från distriktet

Distriktet ska ha lokala uttagningsregler som ska godkännas av SSF. Sedan införandet av utökat ICA Cup får varje distrikt, enligt dess egna lokala bestämmelser, skicka *valfritt* antal åkare till riksfinalen. Uttagningsreglerna skickas till matilda.rignell@skidor.com innan ordinarie anmälan görs. Alla anmälningar sker via distriktet.

1.2 § SSFs rekommendation till distriktsregel

- Åkaren bör delta i minst tre distriktsuttagningsstävlingar (vid snöbrist i grann-distriktet).
- Att det i distriktet bör anordnas en tävling som liknar riksfinalen (distans, sprint och skicross).
- I varje distrikt bör det hållas en distriktsfinal vilken ses som det första steget i ICA Cup.

2§ Tävlingsupplägget

2.1§ Individuella tävlingar

Sedan 2003 genomförs tävlingsupplägget på ICA cup enligt "Göteborgsmodellen" som bygger på att ungdomarna ska få tävla på så många olika moment som möjligt för att vi i slutändan ska utnämna den mest kompletta skidåkaren.

Tävlingen består av tre deltävlingar:

- Distans 3,5 km
- Skicross
- Supersprint

Alla tävlingar har individuell start och i år, 2014, går tävlingarna i **fri stil**.

Totalvinnaren i den individuella tävlingen blir den åkare som uppnår den lägsta totala placeringssiffran från de tre deltävlingarna. Det innebär att en seger i en deltävling är lika värd oavsett vilken deltävling man vunnit eller hur stor tidsdifferensen till övriga tävlande är.

Exempel:

Åkare A har placeringssiffror 21-7-18 = total placeringssiffror 46.

Åkare B har placeringssiffror 1-32-14 = total placeringssiffror 47.

Åkare A's totala placeringssiffror är lägre än B's och åkare A placeras före B i resultatlistan, trots att B har en seger.

Om flera åkare hamnar på samma totala placeringssiffror placeras åkaren med lägsta placeringssiffror i resultatet före i resultatlistan.

2.2 § Stafetter

Stafetterna körs enligt följande:

- 4 x 2,0 km (f)
- 4 x 1 km (f)
- 4 x skicross (f)

I stafettlaget ska det ingå:

- två 13 åringar
- två 14 åringar
- två tjejer
- två killar

Detta innebär att det kan ingå två H 14 och två D 13 i ett stafettlag. Det behöver alltså inte vara en kille och en tjej ur varje åldersgrupp. Tjej kan åka killsträcka, men inte tvärt om.

2.2.1 § Lagen

Varje distrikt får delta med fyra distriktslag, fördelat på två distanslag, ett sprintlag och ett skicrosslag. Anmälan till stafetten kan göras efter de individuella tävlingarna. Förutom detta får distrikten även anmäla så många lag de vill och kan så länge de följer ovanstående regler, dock enbart till de stafetter som arrangören anser lämpligt av utrymmesskäl.

Varje åkare får endast åka en sträcka i en stafett. Det innebär att samma åkare inte kan åka första och sista sträckan i stafetten. Den kan heller inte åka två olika stafetter.

2.2.2 § Mixlagen

För att alla ungdom ska få möjligheten att tävla alla dagar och slippa stå vid sidan och titta på kan distrikt som har ett ojämnt antal åkare där alla inte kan åka för distriktet anmälas till en mixpool.

- Tid för inlämning av deltagare till mixlagen ska anslås tydligt av arrangören under tävlingsdagarna samt på lagledarmötet.
- Ur mixpoolen kommer sedan arrangören sätta samman lag med åkare från de olika distrikten.
- Önskemål om vilken stafett åkaren helst vill delta i skall anges på anmälan. Arrangören kommer försöka tillgodose åkarens önskan så långt det går.
- Samtliga mixlag deltar i stafetterna på samma villkor som distriktslagen.
- De mix som fullföljer tävlingen är med på den officiella resultatlistan på den plats laget kom i mål. Om mixlaget placerar sig så att det blir aktuellt med priser kommer laget få det pris som platsen berättigar till.

2.3 § Distriktskampen

De fyra bäst placerade distriktsåkarna i varje klass får poäng i poängräkningen. Om distriktet har fler än fyra åkare i en klass kommer dessa inte att tilldelas poäng i den resultatlista som distriktskampen baseras på. Detta för att ett distrikt med många deltagare ska kunna "stjäla" poäng från ett annat distrikt.

Den sammanlagda distrikstävlingen beräknas enligt följande:

Individuellt: 25, 22, 20, 19,...2 poäng. Alla som går i mål är garanterade 2 poäng. De poäng som åkare bidrar med till distriktskampen baseras på åkarens totala placering från de individuella tävlingarna.

Stafetter: 100, 88, 80, 76,...16 poäng. Alla lag som fullföljer tävling, även mixlagen är garanterade 16 poäng. Vid delad placering erhålls det högre poängtalet. I mixlagen delas en grundpoäng ut som motsvarar fyra poäng per deltagare.

I distriktskampen igår även lagledarstafetten som ger tio poäng till distriktet samt en tävling under kamratmiddagen som även den ger tio poäng till distriktet.

3 § Åldersbestämmelser

Det är inte tillåtet att gå upp en klass, det vill säga, en 13-åring får inte tävla i H14 eller D14 klassen. Detta gäller både i individuella tävlingar och stafetter.

4 § Skidutrustning

Under ICA cup riksfinalen är det endast tillåtet att åka på ett par skidor under hela helgen. Det par skidor man åker på ska märkas och det sker före första tävlingsmomentet och kommer sedan att kontrolleras innan start vid alla tävlingarna. Tävlingarna ska genomföras med utrustning som är avsedd för den aktuella tekniken. Vid klassisk teknik ska klassisk utrustning användas vad gäller skidor, skor och stavar. Vid fri teknik får klassisk utrustning användas (t ex i de fall då den tävlande inte har utrustning för fri teknik), men samma utrustning ska användas vid samtliga tävlingsmoment under riksfinalen.