

## **Tävlingsregler Rullskidor 2007.**

1. Definitioner.
- 1.1 Rullskidor.
- 1.2 Rullskidtävlingar är tävlingar som hålls på asfalt eller liknande underlag.
- 1.3 Rullskidan måste vara en kommersiell produkt tillgänglig för allmänheten.
- 1.4 Tävlingsår = kalenderår = 1/1- 31/12. Parag 399.2. sid. 68.
- 1.5 De tävlande ska ha skidlicens enligt Svenska skidförbundets tävlingsregler för längdskidåkning. Paragraf. 112 sid. 17.
- 1.6 De allmänna bestämmelserna som framgår av §§ 100 (allmänt) och 300 (längdåkning) gäller i tillämpliga delar.
- 1.7 På rullskidor tävlas i följande discipliner.  
Individuellt: Kuperad Bana med individuell eller masstart..  
Baktävling med individuell start.  
Jaktstart.  
Sprint.
- 1.8 Lagtävlingar:  
Stafett. Med 3 deltagare i varje lag.  
Parstafett med 2 deltagare i varje lag. Körs på en varvbana på ca 2-4 km där deltagarna kör vartannat varv.  
Lagtempo. Med 3 i varje lag. Starttiden tas när förste man passerar startlinjen.  
Och måltiden tas på 2 man i mål.
- 1.9 Att ligga på rulle dvs. i luftdraget av en annan löpare innebär att löparen är närmare än 10 m till framförvarande vilket är förbjudet, utom vid gemensam start och jaktstart.
- 1.9.1 Rekommendation: På ett varv av 2 km skall det finnas 4 kontrollposter. Om en person eller ett lag ertappas inom 10 m, omedelbart bakom en annan person eller ett lag visas röd flagga. När en person eller ett lag har visats tre röda flaggor ska juryn besluta om diskvalifikation.
- 1.9.2 Det snabbaste laget eller personen är berättigad till ideallinjen (dvs. kortaste vägen).

- 2 Klassindelning.
  - 2.1 Lägsta åldersklass = H och D 11-12 år.
  - 2.2 Klasindelning i individuella tävlingar.
  - 2.3 H o D 11-12 år, H o D 13-14 år, H o D 15-16 år, H o D 17-18 år, H o D 19-20 år, Juniorklassen kan även vara H o D 17-20.
  - 2.4 I alla tävlingar får ungdomar och juniorer delta i närmast högre åldersklass.
  - 2.5 H o D 21, H o D 35, 40, 45, 50, 55 och H 60  
Motionsklass eller vasaloppsklass kan också anordnas.
  - 2.6 Vid lågt deltagarantal kan klasser slås samman, då skall hänsyn tas till den yngsta åldersgruppen när det gäller banlängd.
  - 2.7 Klassindelning vid stafetter och lagtempo.
  - 2.8 H o D 13-16 år, H o D 17-20 år  
H o D 21, H o D 35 och uppåt.
- 3 Tekniker.
  - 3.1 Klassisk teknik  
Fri teknik  
Vid fri teknik med gemensam start gäller skateförbud dom första 100 m efter start, skylt ( och gärna markering i vägbanan) skall markera var förbudet upphör. Videofilma gärna dom 100 första hundra metrarna.
- 4 Utrustning.
  - 4.1 Hjälms är obligatoriskt, även vid uppvärmning.  
Glasögon obligatoriskt vid masstart och stafett, vid övriga tävlingar rekommenderas glasögon.  
Rullskidans delar skall vara serieprodukter, tillgängliga i allmän handel. Den får inte vara kortare än 530 mm mellan hjulaxlarna. Hjulet får vara max 100 mm.  
Vid klassisk teknik måste minst ett hjul på varje sida vara försett med backspärr och hjul bredden på bakhjulen vara minst 30 mm. Vid så kallade 3 hjulingar som har 2 bakhjul i bredd så är det den sammanlagda hjulbredden som räknas så varje enskilt hjul kan i det fallet vara smalare men den sammanlagda hjulbredden måste dock vara minst 30mm. Hjulets bredd skall mätas vid centrum på hjulet.

4.2 Hjälm , skyddsglasögon och rullskidor skall kontrolleras vid start och mål. Utan dessa saker eller om någon av dessa inte är rätt, tillåts löparen ej starta.

4.3 Skorna måste fästas på rullskidan med en längdlöpningsbindning.

4.4 Byte av stavar och rullskidor är tillåtet.

5 Tävlingsbanan.

- Skall vara av slät asfalt eller motsvarande och fri från skarpa kanter, sprickor, stenar eller andra lösa föremål.
- Skall vara tydligt utmärkt och avgränsad med rep eller plastband (där så behövs).
- Skall vara helt fri från trafik.
- Skall vara utformad på ett sådant sätt att det inte är någon fara för de tävlande.
- Skall sopas så nära in på start som möjligt.
- Får inte innehålla partier där hastigheten blir onormalt hög.
- Bör inte innehålla tvära svängar i eller precis efter en utförsbacke.
- Teknisk kontrollant bör provåka banan.
- Bör vara minst tre meter bred, och en längd på minst 2 km.
- Föremål på sidan av banan måste täckas med madrasser eller dylikt.

6 Säkerhet.

Arrangören skall noggrant följa de föreskrifter om ordning och säkerhet som lämnats i tävlingstillståndet från polismyndigheten liksom eventuella ytterligare föreskrifter som lämnats senare. Arrangören skall också se till att tävlande och funktionärer får del av föreskrifterna. De tävlande är skyldiga att följa anvisningar som ges av polispersonal.

Vid tävling skall sjukvårdsutrustning och minst en sjukvårdskunnig person finnas till hands.

De tävlande skall vara licensförsäkrade vilket innebär att de är olycksfalls- och ansvarsförsäkrade.

7 Tillstånd och anmälan.

Tävlingar och uppvisningslopp på rullskidor administreras av Skidförbundet. Det innebär att för tävlingar gäller samma sanktions och licensbestämmelser som när vanliga skidtävlingar ordnas.

För tävling på väg eller annat område som upplåts eller utnyttjas för allmän samfärdsel skall tillstånd sökas hos den lokala polismyndigheten. Ansökan skall göras skriftligt och i god tid före arrangemanget.

För tävling på annan plats fordras anmälan till polismyndigheten.

Under planering av tävling måste stor vikt läggas vid trafiksäkerheten. Gör

dessa förberedelser tillsammans med polisen. Tänk igenom alla situationer som kan tänkas uppstå, t ex omkörningar, utförsbackar och trafikljus. För större arrangemang av masskaraktär ska förutom den lokala polismyndigheten även länsstyrelsen kontaktas för samråd rörande trafiksäkerhet

## 8 Mästerskap.

8.1 SM arrangeras varje år i alla klasser från och med H och D 15-16.

8.2 På SM tävlas i följande discipliner, Individuellt ( prolog) och jaktstart, Och vartannat år masstart varierad bana och backtävling eller sprint.

8.3 Banlängder. Prolog Ca: 8 - 10 km för alla klasser.  
Jaktstart och masstart: H 21 Ca: 30 km. H och D 15-16 ca: 15- 17 km. övriga klasser ca: 20 km.  
Backtävling: H och D 15-16 ca: 5 - 7.5 km. Övriga klasser ca: 10-12 km.  
Sprint Ca. 200-600 meter på en rak bana

## 9 Start Och Mål.

9.1 Individuell start ( prolog och backe) 30 sek intervall.

9.2 Skateförbud vid gemensam start : de första 100 metrarna efter start.

9.3 Målgång på jaktstartstävling och tävling med masstart ska filmas med minst två videokamera.

9.4 Dom sista 100 metrarna ska vara indelade i minst 3 banor med minst 2 meters bredd.

9.5 Vid sprinttävlingar tillåts 1 tjuvstart.

## 10 Tekniks delegat (TD) § 305.

10.1 Vid SM tävlingar ska en TD utses av rullskidkommittén. Vid övriga tävlingar kan kommittén utse någon som hjälper de arrangörer som vill ha råd och hjälp.

Vid DM utses TD av respektive SDF:s LK.

10.2 Kostnaderna för de tekniska delegaternas resor till och från tävlingsorten, samt uppehälle på tävlingsorten bestrids helt av arrangören, varvid förbundets reglemente tillämpas.

10.3 TD:s uppgifter finns i regelboken sid. 32-33 paragraf 305.2.1- 305.4

11 Tävlingsjury och dess uppgifter. Paragraf. 303.1- 303.2 sid.30

Tävlingsjuryn -3 medlemmar- skall bestå av.

Tävlingsledaren

Banchefen eller chefen för tidtagningen samt en tredje person utsedd av tävlingskommittén inom sig eller bland vid tävlingen närvarande ledare eller bland representanter (kontrollanter) från SSF, om sådan finns på platsen, ordförande utses inom juryn.

Vid mästerskapstävlingar utses en jury på 5 medlemmar bestående av

Tävlingsledaren

Banchefen eller chefen för tidtagningen

Tekniska delegaten (TD) samt två personer utsedda på lagledarmötet av deltagande lagledare.

Juryns uppgifter finns på sidan 30 para. 303.2

Lagledarmöte. Parag.303.3 sid. 31

Tävlingskommittén sammankallar till lagledarmöte, tidpunkt för mötet ska anges i inbjudan och PM.

Sprint. Vid sprint ska det vara en kvalifikation med individuell start, för att få en uttagning och seedning till kvartsfinal. Man kör kvalifikationslopp även om det är få deltagare, för att få en seedning. Sedan kör man K.O. Sprint från kvartsfinal till final. Hur många som får köra i kvartsfinal beror lite på hur pass bred bana arrangören kan erbjuda och vilken typ av bana man använder sig av (rak eller rundbana) men max 16 i kvart. Dom som ej går till kvartsfinal bestäms placeringen av kvalifikations placering.

Uppdaterad 2007-06-13