



Regelwerk Ski nordisch

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in dieser Publikation auf eine geschlechtsneutrale Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

© Special Olympics, Inc., 2022

VERSION: Oktober 2022

All rights reserved.

Deutsche Übersetzung von Special Olympics Österreich

Alle Rechte vorbehalten.



1. REGELWERK

Das offizielle Regelwerk von Special Olympics für den Skilanglaufsport gilt für alle im Rahmen von Special Olympics ausgetragenen Bewerbe. Als internationale Sportorganisation hat Special Olympics diese Regeln auf Grundlage der Bestimmungen der Fédération Internationale de Ski (FIS) für Skilanglaufbewerbe erstellt, die auf <http://www.fis-ski.com/> abrufbar sind. Es gelten die Regeln der FIS oder der nationalen Verbände, sofern sie nicht im Widerspruch zum offiziellen Regelwerk von Special Olympics für Skilanglaufbewerbe oder Artikel 1 stehen. In diesem Fall kommt das offizielle Regelwerk von Special Olympics für Skilanglaufbewerbe zur Anwendung.

Weitere Informationen bezüglich Verhaltenskodex, Trainingsstandards, Gesundheits- und Sicherheitsbestimmungen, Gruppeneinteilung, Preisvergabe, Kriterien für den Aufstieg in höhere Wettkampflevels und Unified-Sportarten sind auf der englischsprachigen Website (<https://resources.specialolympics.org>) von Special Olympics zu finden. zu finden.

2. OFFIZIELLE BEWERBE

Die folgende Auflistung umfasst alle offiziell von Special Olympics angebotenen Bewerbe.

Diese Bewerbe sollen Sportlern aller Leistungsstufen die Möglichkeit bieten, an sportlichen Wettkämpfen teilzunehmen. Die Landesorganisationen können aus diesen Bewerben auswählen und gegebenenfalls Richtlinien für deren Durchführung erstellen. Die Trainer sind für die Organisation des Trainings und für die Auswahl der Bewerbe verantwortlich, die dem Trainingsniveau und den Interessen der Sportler zu entsprechen haben.

- 10 m / Klassischer Stil
- 25 m / Klassischer Stil
- 50 m / Klassischer Stil
- 100 m / Klassischer Stil
- 500 m
- 1 km
- 2,5 km
- 5 km
- 7,5 km
- 10 km
- 4 x 1 km / Staffel
- 4 x 1 km / Unified-Staffel



Sollten zu wenige Sportler antreten, um über vergleichbare Distanzen jeweils eigene Bewerbe im klassischen Stil und im freien Stil / Skatingstil durchführen zu können, werden die Bewerbe zusammengelegt und nach den für Skatingbewerbe geltenden Bestimmungen durchgeführt.

3. AUSTRAGUNGORT

3.1 Loipen

3.1.1 Die Langlaufloipen müssen hinsichtlich ihrer Länge und der Geländebeschaffenheit für alle Teilnehmer, d.h. von Anfängern angefangen bis hin zu erfahreneren Langläufern, geeignet sein. Diese Loipen müssen gefahrlos für die Läufer zu bewältigen sein. Die Läufer müssen auf ihnen ihr Können und ihre körperliche Fitness unter Beweis stellen können.

3.1.2 Die Loipe sollte so angelegt werden, dass alle Bewerbe (von 1 km bis 10 km) darauf ausgetragen werden können. Es sollten sich darauf keine Abschnitte befinden, die sich länger als 1 km überschneiden. Die Langstrecken (2,5 km bis 10 km) sollten sich im Idealfall in gar keinem Abschnitt überschneiden.

3.1.3 Die Loipen werden mit roten Fähnchen oder anderen Markierungen deutlich gekennzeichnet. An Kreuzungspunkten, wo der weitere Verlauf der Strecke nicht eindeutig ersichtlich ist, sollten Streckenposten aufgestellt werden, die den Läufern die richtige Loipe weisen.

3.1.4 Die Loipen müssen vor Beginn der Wettkämpfe befestigt und gespurt werden. Nach jedem Wettkampftag ist die Loipe neu zu präparieren.

3.1.5 Bei mehr als 1 Loipenspur beträgt der Abstand zwischen zwei Bahnen 1 m bis 1,2 m. Gemessen wird dabei von der Mitte der einen Bahn bis zur Mitte der daneben liegenden Bahn. Die Breite einer Bahn beträgt zwischen 20 cm und 24 cm. Gemessen wird dabei von der Mitte der einen Spur bis zur Mitte der daneben liegenden Spur. Die Spurtiefe sollte mindestens zwischen 2 cm und 5 cm betragen.

3.1.6 Bei der Entscheidung, ob zusätzlich eine Skating-Spur oder eine zweite klassische Spur angelegt werden soll, ist auf die Leistungsstärke des Teilnehmerfeldes Rücksicht zu nehmen. Es müssen aber in jedem Fall mindestens zwei Bahnen angelegt werden, wobei die vorgeschriebene zweite Bahn entweder in Form einer Skating-Spur oder einer zweiten klassischen Loipenspur anzulegen ist.

3.2 Geheiztes Gebäude / Zelt

3.2.1 In unmittelbarer Nähe des Austragungsortes muss ein Gebäude oder Zelt zur Verfügung stehen, wo sich die Läufer aufwärmen können. Dieses Zelt oder Gebäude sollte groß genug sein, um bei Schlechtwetter alle Teilnehmer und Helfer aufnehmen zu können. Da sich zudem Skier in einem geheizten Raum leichter wachsen lassen als im Freien, sollte darin ein Bereich für das Wachsen der Skier reserviert werden.

3.2.2 In der Nähe des Startraums ist ein kurzer Loipenabschnitt anzulegen, auf dem sich die Läufer aufwärmen können und ihre gewachsenen Skier testen können.



3.3 Austragungsort

3.3.1 Eine ausreichende Zahl von Parkplätzen muss für freiwillige Helfer, Special-Olympics-Mitarbeiter, Trainer und Sportler zur Verfügung stehen. Die Zufahrt mit Rettungsfahrzeugen muss jederzeit gewährleistet sein.

4. STRECKE UND AUSTRAGUNGORT

4.1 Präparierung der Loipen

4.1.1 Der Veranstalter eines Bewerbs hat darauf zu achten, dass geeignete Gerätschaften zum Präparieren und Spuren der Loipen (Schneemobile, Pistengeräte, Loipenspurgerät, Schaufeln, Rechen etc.) zur Verfügung stehen.

4.1.2 Diese müssen vor dem Bewerb und auch während des Bewerbs bereit stehen, um die Loipen zu spuren und instandzuhalten, sollte dies aufgrund des Bewerbs oder widriger Wetterverhältnisse notwendig werden.

4.2 Kurs und Ausrüstung

4.2.1 Markierungen, Stangen und Absperrungen müssen zum Zwecke der Kennzeichnung der Loipen verfügbar sein. Einheitliche farbige Markierungen werden entlang der Loipen in solchen Abständen angebracht, dass von einer Markierung aus die nächste bereits deutlich sichtbar ist.

4.2.2 Mittels Stangen und Absperrungen werden Loipen gesperrt, die die Läufer vom richtigen Kurs abbringen könnten.

4.2.3 Der Start- und Zielbereich ist räumlich so abzugrenzen, dass niemand außer den Läufern und Funktionären Zutritt zu diesem Bereich hat.

4.2.4 Eine Loipenschleife muss nötigenfalls mit Schneezäunen abgegrenzt werden.

4.2.5 Der Start- und Zielbereich wird mittels Fähnchen und Transparenten als solcher gekennzeichnet. Gleichzeitig soll darauf auch auf den Charakter des Bewerbs als Special-Olympics-Veranstaltung hingewiesen werden.

4.3 Zeitnehmungssystem

4.3.1 Zur Feststellung der Laufzeiten der Bewerbe von 1 km bis 10 km wird ein elektronisches Zeitnehmungssystem benötigt. Zusätzlich werden die Zeiten noch mit 4 Stoppuhren (2 am Start, 2 am Ziel) per Hand gestoppt.

4.3.2 Beim Bewerb über 100 m sollte die Zahl der eingesetzten Stoppuhren der Zahl der an einem Durchgang teilnehmenden Läufer plus zweier zusätzlicher Stoppuhren entsprechen. Jedem Läufer wird eine Stoppuhr zugeordnet. Die beiden zusätzlichen Uhren dienen als Sicherungssystem. Die Laufzeiten der Teilnehmer sollten bei allen Läufen gestoppt werden. Bei der Gestaltung aller Ergebnislisten ist darauf zu achten, dass die Laufzeiten darauf vermerkt werden können. Sollte der Zielrichter Einspruch gegen die



durch die gemessenen Zeiten sich ergebende Reihung eines Laufes erheben, so ist diesem Einspruch stattzugeben.

4.4 Lautsprecheranlage

4.4.1 Am Veranstaltungsort muss eine geeignete Lautsprecheranlage zur Verfügung stehen, mittels derer sowohl Informationen über den Veranstaltungsablauf und über die Ergebnisse der einzelnen Läufe als auch Durchsagen allgemeiner Natur bekannt gegeben werden können. Über diese Anlage sollten auch Musikbeiträge eingespielt werden.

4.5 Anzeigetafeln

4.5.1 Zur Information der Läufer, Betreuer und Zuschauer sollte in der Nähe des Zieleinlaufs eine offizielle Anzeigetafel aufgestellt werden. Auf dieser werden die nach der Startaufstellung gereihten Namen der Läufer und ihre Startnummern angezeigt. Weiters werden dort auch sonstige wichtige Informationen zu den Rennen wie Rennbeginn, Luft- und Schneetemperatur an Start und Ziel sowie an höher oder niedriger gelegenen Punkten der Loipe bekannt gegeben.

4.5.2 Zeitpunkt und Ort der Siegerehrungen sollten unmittelbar vor Beginn der Feierlichkeiten bekannt gegeben werden.

4.6 Erste Hilfe

4.6.1 Beim Start- und Zielbereich bzw. beim Rennbüro müssen jederzeit Erste-Hilfe-Koffer und ein Schlitten bzw. ein Schneemobil mit einem Schlitten zum Abtransport von Verletzten bereitstehen.

4.6.2 Weiters muss zu jedem Zeitpunkt ausgebildetes Rettungspersonal vor Ort anwesend sein.

4.7 Reparaturwerkzeuge

4.7.1 Werkzeuge zur Reparatur der Skiausrüstung (Schraubenzieher, Zangen, Schaber, Feilen, Wachs, P-tex etc.) sollten den Teilnehmern zur Verfügung stehen.

4.7.2 Weiters sollten Bänke zum Wachsen der Skier vorhanden sein.

4.8 Kennzeichnung von Funktionären und Helfern

4.8.1 Zur Hervorhebung von Helfern und Mitarbeitern (Zeitnehmer, Streckenposten, Starter, Mitarbeiter im Zielraum, Begleiter zum Start, Mitglieder des Wettkampfregerelkomitees etc.) können einheitliche Windjacken oder Armschleifen verwendet werden.

4.9 Kommunikationssystem

4.9.1 Zur Kommunikation zwischen Technischen Delegierten, Rennleitung, medizinischem Personal, Start- und Zielraum, Zeitnehmung und der Organisationszentrale müssen Funkgeräte zur Verfügung stehen.



4.9.2 Für die Zeitnehmung und Ergebnisauswertung sollte neben einem Zugang zum allgemeinen Kanal ein eigener Kanal eingerichtet werden. Die Mitarbeiter bei der Zeitnehmung sollten von ihrem Standort aus eine gute Sicht auf Start und Ziel haben.

4.10 Temperatur

4.10.1 Zur Feststellung der Luft- und Schneetemperatur an Start und Ziel sowie an den höher und niedriger gelegenen Streckenabschnitten werden Thermometer benötigt.

4.10.2 Die Temperatur sollte während der gesamten Veranstaltung immer wieder bekannt gegeben werden.

5. PERSONAL

Wettkampfleitung:

Wettkampfleiter

Schriftführer

Loipenverantwortlicher

Organisationsaufsicht

Leiter der Zeitnehmung

Informationsdienst

Verantwortlicher für die medizinische Betreuung und den Rettungsdienst

Geräteverantwortlicher

Oberster Streckenposten

Vorläufer

6. WETTKAMPFREGLN

6.1 Allgemeine Regeln und Bestimmungen

6.1.1 Alle Bewerbe zwischen 500 m und 10 km sollten mittels Intervallstart gemäß den in Abschnitt 351.1 der FIS-Langlaufregeln festgelegten Bestimmungen gestartet werden. Somit starten ein bis zwei Läufer in Abständen von jeweils 30 Sekunden.

6.1.2 Das Startkommando bei allen Langlaufbewerben zwischen 500 m und 10 km lautet: „Achtung ... 15 Sekunden ... 10 Sekunden ... 5, 4, 3, 2, 1, Los!“. Bei Einzelbewerben bis einschließlich 100 m erfolgen diese Zeitangaben nicht. Das Startkommando lautet hier: „Achtung ... Fertig ... Startsignal (z.B. Startschuss)“. Das Startkommando bei Staffebewerben entspricht dem der Einzelbewerbe bis einschließlich 100 m mit dem Zusatz, dass der Start in 10 Sekunden angekündigt wird: „10 Sekunden ... Achtung ...



Fertig ... Startsignal (z.B. Startschuss)“. Sobald sich die Läufer im Staffelübergabebereich befinden, dürfen sie keine anderen Läufer beim Start behindern.

6.1.3 Die Bewerbe zwischen 1 km und 10 km werden auf Strecken ausgetragen, die sich aus Anstiegen, Abfahrten, Flachstücken und Kurven zusammensetzen. Der Anteil an Anstiegen, Abfahrten und Flachstücken sollte dabei möglichst jeweils ein Drittel der Streckenlänge ausmachen. Anstiege sowie Gefälle der einzelnen Streckenabschnitte sollten dem Können der gemeldeten Teilnehmer angepasst sein. Die Streckenführung beim Bewerb über 1 km sollte also nicht so anspruchsvoll sein wie beim Bewerb über 2,5 km. Genauso sollte die Strecke beim Bewerb über 2,5 km weniger anspruchsvoll sein als die Strecke über 5 km.

6.1.4 Es wird empfohlen, den 500-m-Bewerb auf einem vorwiegend flachen Kurs auszutragen. Dieser kann zwar Anstiege und Abfahrten aufweisen, die aber nicht mehr als 5 % Steigung bzw. Gefälle aufweisen dürfen. Weiters sollten diese Abfahrten keine Kurven enthalten. Auf diese Abfahrten sollte ein gerader und flacher Streckenabschnitt von mindestens 20 m Länge folgen.

6.1.5 Es wird empfohlen, die Bewerbe von 500 m bis 10 km auf einer großen Schleife auszutragen.

6.1.6 Bei den Langstreckenbewerben dürfen auch mehrere Schleifen gelaufen werden. Die Entfernung zwischen Start- und Zielbereich sollte so gering wie möglich sein.

6.2 Wettkampfleitung / sportartspezifisches Regelkomitee

6.2.1 Die Bestimmungen hinsichtlich der Zusammensetzung der Wettkampfleitung oder eines sportartspezifischen Regelkomitees finden sich in Artikel 1 / Abschnitt G.

6.3 Bewerbungsspezifische Regeln und Bestimmungen

6.3.1 50 m und 100 m

6.3.1.1 Der Bewerb über 100 m wird gemäß den Regeln der FIS für den Start bei Staffelrennen mit folgenden Abänderungen bezüglich ICR, Kapitel II, Abschnitt 372.1 ausgetragen:

6.3.1.1.1 Die Startlinie wird durch eine gerade Linie gebildet. Der Bewerb wird auf acht Bahnen ausgetragen, wobei die einzelnen Spuren genau in der Mitte der jeweiligen Bahnen zu liegen haben. Diese Bahnen müssen eine Mindestbreite von 2 m haben.

6.3.1.1.2 Die Abschnitte 372.2, 371.8 und 378.1 kommen bei Special Olympics nicht zur Anwendung.

6.3.1.2 Die Strecke über 100 m sollte so flach wie möglich sein. Der Anstieg bzw. das Gefälle darf nicht mehr als 5 % betragen. Sollte eine Neigung des Geländes vorhanden sein, muss der Start tiefer liegen als das Ziel, so dass die Läufer bergauf zu laufen haben.

6.3.2 Staffelrennen



6.3.2.1 Bei den Staffelrennen erfolgt die Einteilung in Startgruppen aufgrund der Mannschaftsqualifikationszeiten. Diese Mannschaftsqualifikationszeit wird ermittelt, indem die in einem Vorlauf erzielten Zeiten der Mannschaftsmitglieder addiert werden. Diese Zeiten können im Einzelbewerb über eine vergleichbare Distanz ermittelt werden. Es kann aber auch die bei einem Staffelnbewerb gelaufene Rundenzeit eines Läufers (z.B.: seine individuelle Rundenzeit aus dem 1-km-Staffelnbewerb) herangezogen werden.

6.3.2.2 Staffelläufer, die im Einzelbewerb nicht über eine mit einem Staffelteilabschnitt vergleichbare Distanz gemeldet wurden, müssen an einem Vorlauf des Einzelbewerbs über diese Strecke antreten.

6.3.2.3 Der Start beim Staffelnrennen erfolgt in Abständen von jeweils einer Minute.

6.3.2.4 Sollten für ein 4 x 1 km Staffelnrennen mehr als acht Staffeln gemeldet sein, kann die Rennleitung die Mannschaften auf zwei Rennen aufteilen, um Behinderungen am Start, im Übergabebereich und auf der Loipe zu vermeiden.

6.3.2.5 Bei einer regelwidrigen Staffelnübergabe muss der für den Übergabebereich verantwortliche Funktionär die betroffenen Läufer sofort davon in Kenntnis setzen. Es liegt dann in der Verantwortlichkeit der Läufer zu entscheiden, ob sie die Übergabe wiederholen oder nicht.

6.3.2.6 Eine Staffelnübergabe erfolgt in einem dafür markierten Übergabebereich (Wechselzone). Sobald der Läufer die erste Markierung überschritten hat, darf der nächste Staffelläufer vor der zweiten Markierung (innerhalb der Wechselzone) starten, d.h.: Beide Läufer müssen sich dabei im Wechselraum befinden. Eine Berührung ist nicht notwendig. Der Wechsel erfolgt in Eigenverantwortung und soll nur im Bedarfsfall durch einen Betreuer unterstützt werden. Die ablösenden Läufer dürfen die Wechselzone erst dann betreten, wenn sie dazu aufgerufen werden. Jede Art des Anschlebens des startenden Läufers ist verboten.

6.3.3 25-m-Bewerb

6.3.3.1 Ausstattung

6.3.3.1.1 Stangen zur Markierung von Start und Ziel

6.3.3.1.2 Lebensmittelfarbe

6.3.3.1.3 Stoppuhr

6.3.3.1.4 Trillerpfeife

6.3.3.2 Vorbereitung



6.3.3.2.1 Im Schnee wird eine Startlinie und eine Ziellinie eingefärbt. Der Abstand zwischen diesen Markierungen beträgt 25 m. Der Bewerb wird auf ebenem Gelände ausgetragen.

6.3.3.2.2 Die Startlinie und die Ziellinie werden an ihren jeweiligen Enden mit Stangen markiert.

6.3.3.2.3 Das Streckengefälle kann bis zu 1 m betragen.

6.3.3.3 Regeln

6.3.3.3.1 Das Startkommando lautet entweder „Fertig – Startpfeiff“ oder „Fertig – Los“. Die Zeitnehmung beginnt, sobald der Schiedsrichter anzeigt, dass der Läufer mit einem Schuh die Startlinie überquert hat.

6.3.3.3.2 Der Läufer legt 25 m auf der Strecke zurück (mit oder ohne Stöcke).

6.3.3.3.3 Der Läufer darf von keinem Trainer, Offiziellen, Helfer etc. eine Hilfestellung erhalten, nachdem er die Startlinie bzw. bevor er die Ziellinie überquert hat.

6.3.3.4 Ergebnis

6.3.3.4.1 Die Zeitnehmung beginnt, sobald der Läufer mit einem Schuh die Startlinie überquert, und wird gestoppt, wenn ein Schuh des Läufers die Ziellinie überquert.

6.3.3.4.2 Die erreichte Platzierung eines Läufers wird bestimmt von der Laufzeit eines Durchgangs.

6.3.4 10-m-Rennen ohne Stöcke

6.3.4.1 Ausstattung

6.3.4.1.1 Stangen zur Markierung von Start und Ziel

6.3.4.1.2 Lebensmittelfarbe

6.3.4.1.3 Stoppuhr

6.3.4.1.4 Trillerpfeife

6.3.4.2 Vorbereitung

6.3.4.2.1 Im Schnee wird eine Startlinie und eine Ziellinie eingefärbt. Der Abstand zwischen diesen Markierungen beträgt 10 m. Der Bewerb wird auf ebenem Gelände ausgetragen.

6.3.4.2.2 Die Startlinie und die Ziellinie werden an ihren jeweiligen Enden mit Stangen markiert.

6.3.4.3 Regeln

6.3.4.3.1 Das Startkommando lautet entweder „Fertig – Startpfeiff“ oder „Fertig – Los“. Die Zeitnehmung beginnt, sobald der Schiedsrichter anzeigt, dass der Läufer mit einem Schuh die Startlinie überquert hat.

6.3.4.3.2 Der Läufer legt 10 m auf der Strecke zurück (ohne Stöcke).



6.3.4.3.3 Der Läufer darf von keinem Trainer, Offiziellen, Helfer etc. eine Hilfestellung erhalten, sobald er die Startlinie bzw. bevor er die Ziellinie überquert hat.

6.3.4.4 Ergebnis

6.3.4.4.1 Die Zeitnehmung beginnt, sobald der Läufer mit einem Schuh die Startlinie überquert, und wird gestoppt, wenn ein Schuh des Läufers die Ziellinie überquert.

6.3.4.4.2 Die erreichte Platzierung eines Läufers wird bestimmt von der Laufzeit eines Durchgangs.

7. UNIFIED SPORTS®

7.1 Unified-Bewerbe

7.1.1 Jede Unified-Staffelmannschaft besteht aus zwei Special-Olympics-Läufern und zwei Unified-Partnern.

7.1.2 Bei der Auswahl der Special-Olympics-Sportler und ihrer Unified-Partner sollte darauf geachtet werden, dass alle ein vergleichbares Leistungsniveau und Alter haben. Ein vergleichbares Alter und Leistungsniveau erhöhen die Qualität des Training und des Wettkampfs.

8. DISQUALIFIKATION

8.1 Das Schiedsgericht kann Läufer disqualifizieren,

8.1.1 wenn diese sich nicht an die markierten Loipen halten, wenn sie nicht alle Kontrollpunkte passieren oder wenn sie Abkürzungen nehmen;

8.1.2 wenn sie unzulässige Hilfestellung erhalten;

8.1.3 wenn sie trotz Aufforderung Läufern, die zum Überholen ansetzen, den Weg nicht freigeben oder sie am Überholen hindern;

8.1.4 wenn sie in Rennen, die im klassischen Stil ausgetragen werden, gegen die diesbezüglichen Regeln verstoßen und skaten;

8.1.5 wenn sie ein Rennen beenden, ohne ihre Skier angeschnallt zu haben;

8.1.6 wenn diese stürzen oder die Bahn verlassen. Der betroffene Läufer hat zwei Minuten Zeit, das Rennen wieder aufzunehmen. Er muss in dieser Zeit mindestens 20 m zurücklegen. Er wird disqualifiziert, wenn er innerhalb dieser zwei Minuten nicht in der Loipe das Rennen fortsetzt und/oder wenn er unerlaubte Hilfestellung erhält. Der Läufer darf die Spur verlassen, um im Rahmen der Regeln seine Ausrüstung zu vervollständigen oder auszutauschen.



8.2 Ablauf der Disqualifikation

8.2.1 Bei den Special-Olympics-Bewerben kommen bei Protesten die Bestimmungen der FIS zur Anwendung.