Milano 7 novembre 2026

# PARA CROSS-COUNTRY










# Competizioni Para vs Competizioni standard: Le Differenze Chiave

## Atmosfera e Logistica

- Contesto più raccolto, focalizzato sull'accessibilità totale.
- Ritmi di gara serrati con un programma fino a 6 competizioni al giorno.

## La Sfida per il Comitato Organizzatore (OC)

- Adattare le strutture esistenti per garantire accessibilità universale.
- Garantire percorsi sicuri per atleti, team leader e official con disabilità

## Elemento Unico

- Presenza e gestione tecnica dei 'Sit-Ski' e delle guide per atleti non vedenti.

# CATEGORIE

GLI ATLETI DELLO SCI DI FONDO PARA SONO SUDDIVISI IN 3 CATEGORIE:




**VISION IMPAIRED (VI)**




**STANDING**

**SITTING**



# CATEGORIE

NON VEDENTI
(classi NS1, NS2, NS3)
il numero più basso indica la compromissione più grave –




L’atleta è preceduto da una guida che fornisce indicazioni vocali sul percorso.

**VISION IMPIRED**

Alcuni atleti hanno una vista limita o sufficiente per poter sciare senza guida

**Passo identico:** L'atleta segue fedelmente il ritmo, l'ampiezza della spinta e la traccia lasciata sulla neve dalla guida posizionata pochi metri più avanti.

**Pettorina identificativa:** La guida indossa sempre una pettorina ufficiale con la scritta **"GUIDE"**, utile anche agli altri concorrenti in pista per l’identificazione della coppia.

**Comunicazione continua:** Durante tutta la sessione di sci di fondo, la guida parla ad alta voce (o tramite interfono) descrivendo curve, dossi e variazioni del manto nevoso.



# CATEGORIE



**STANDING** (da LW4 – LW9)

Menomazioni agli arti superiori e inferiori categoria in cui gli atleti gareggiano senza l'utilizzo di carrozzine, avvalendosi se necessario di protesi, stampelle speciali (come gli stabilizzatori nello sci) o adattamenti tecnici.

Alcuni presentano atrofia muscolare o nervosa



# CATEGORIE

**SITTING**

(LW10, 10.5, 11, 11.5, 12 )
il numero più basso = più grave disabilità
Sono atleti che gareggiano su un sit-ski un apposito guscio o seggiolino ergonomico montato direttamente sopra una coppia di sci da fondo
la spinta è soprattutto di braccia e tronco
Alcuni atleti possono camminare con le stampelle o con protesi alle gambe (LW12), altri “non hanno muscoli addominali”







# Classificazioni Funzionali

Commissione di Classificatori

Esperti medici

Esperti tecnici

Valutazione medica

Valutazione Tecnica

Osservazione in gara





Assegnazione classe sportiva e % di coefficiente

# Percentages

Athletes in one category compete against each other with the following percentages:

| Class | Classic % | Free Technique % |
|---|---|---|
| **Vision Impaired** | | |
| **NS1** | 88 | 88 |
| **NS2** | 97 | 97 |
| **NS3** | 100 | 100 |
| **Standing** | | |
| **LW2** | 92 | 93 |
| **LW3** | 86 | 87 |
| **LW4** | 97 | 96 |
| **LW5/7** | 81 | 90 |
| **LW6** | 90 | 95 |
| **LW8** | 92 | 96 |
| **LW9** | 88 | 89 |
| **Sitting** | | |
| **LW10** | 86 | N/A |
| **LW10.5** | 87 | N/A |
| **LW11** | 93 | N/A |
| **LW11.5** | 96 | N/A |
| **LW12** | 100 | N/A |

Applicable for Season 2025/2026



# FATTORE TEMPO

| | |
|---|---|
| **Factored Time** (tempo compensato o calcolato) | Viene per permettere ad atleti con **gradi e tipi diversi di disabilità di gareggiare insieme** all'interno della stessa macro-categoria (es. *Standing* - in piedi, *Sitting* - seduti, o *Visually Impaired* - ipovedenti/ciechi |
| **Assegnazione della percentuale** | Ad ogni specifica sottoclasse funzionale viene **assegnato un coefficiente matematico espresso in percentuale** (es. 85%, 98.5%, 100%). Più la disabilità influisce sulla performance atletica, più la percentuale assegnata sarà bassa. |
| **Calcolo in gara** | Il tempo effettivo che l'atleta impiega per tagliare il traguardo (tempo reale o *clock time*) viene moltiplicato per questa percentuale di compensazione |

# FATTORE TEMPO

TEMPO VALIDO → TEMPO REALE × PERCENTUALE (FATTORE CLASSIFICAZIONE)



**L'effetto sul cronometro:** Per chi ha una disabilità più severa, il tempo scorre virtualmente "più lentamente".

**Un esempio pratico:**

Se un atleta corre con un **Tempo Reale** di *100 secondi* e ha un **Coefficiente** dell'*85%* (0,85), il calcolo sarà:
Tempo Valido =100 x 0,85= 85 secondi

Questo sistema permette di stilare un'unica classifica finale equa, evitando di doverla suddividere per ogni singola specificità medica, garantendo una competizione avvincente e unificata.

## Sitting Men – Official

| | Name | FIS Licence | YoB | Nation | Sport Class | % | FIS Points | WC Points | Delta Time | Real Time | Time |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | **Giuseppe Romele** 15 | 100013 | 1992 | ITA | LW11.5 | 96% | | 100 | | 1 28:05.1 | **26:57.7** |
| 2 | **Collin Cameron** 10 | 100447 | 1988 | CAN | LW11.5 | 96% | 17.65 | 95 | 37.1 | 6 28:42.3 | **27:33.4** |
| 3 | **Derek Zaplotinsky** 16 | 100386 | 1985 | CAN | LW10.5 | 87% | 22.01 | 90 | 51.1 | 13 31:50.6 | **27:42.2** |
| 4 | **Eui Hyun Shin** 15 | 100325 | 1980 | KOR | LW12 | 100% | 42.38 | 85 | 1:25.7 | 2 28:23.4 | **28:23.4** |
| 5 | **Taras Rad** 19 | 100432 | 1999 | UKR | LW12 | 100% | 45.69 | 80 | 1:32.3 | 3 28:30.1 | **28:30.1** |
| 6 | **Daniel Cnossen** 17 | 100164 | 1980 | USA | LW12 | 100% | 46.04 | 75 | 1:33.0 | 4 28:30.8 | **28:30.8** |
| 7 | **Pavlo Bal** 51 | 100715 | 1986 | UKR | LW11.5 | 96% | 50.59 | 72 | 1:46.5 | 10 29:51.7 | **28:40.0** |
| 8 | **Joshua Sweeney** 10 | 100186 | 1987 | USA | LW12 | 100% | 51.18 | 69 | 1:43.5 | 5 28:41.2 | **28:41.2** |
| 9 | **Oleksandr Aleksyk** 18 | 100714 | 2004 | UKR | LW12 | 100% | 63.99 | 66 | 2:09.3 | 7 29:07.1 | **29:07.1** |
| 10 | **Vasyl Kravchuk** 14 | 100561 | 1996 | UKR | LW11 | 93% | 72.70 | 63 | 2:38.0 | 11 31:37.5 | **29:24.7** |

# Compiti principali della Giuria

## Il Giorno Prima della Gara

CONTROLLO ISCRIZIONI

PIANIFICA ICONTROLLI NEL PERCORSO E RISPETTO DELLE REGOLE

CONTROLLA IL CORRETTO POSIZIONAMENTO DELLE DELIMITAZIONI E SEGNALETICA

SUPERVISONA LA BATTITURA E LA FRESATURA NEVE

VERIFICA LA CORRETTA TRACCIATURA DEI BINARI E ZONE TECNICHE

SI ASSICURA CHE IL CO DIA INFORAZIONI CHIARE AI TEAM

**La giuria AIUTA l'OC a**

VERIFICARE I FLUSSI TRANSITO ALL'INTERNO E D ESTERNO DELLO STADIO

GARANTIRE LA NON PRESENZA DI OSTACOLI

SUPERVISIONARE L'ALLISTIMENTO DELLO STADIO

# Compiti principali della Giuria

## Il Giorno della Gara

- Ispezione Finale
- Controllo dello Start e zona cambi
- Gestione operativa delle partenze a supporto dell'OC
- Sicurezza – intervenire in caso di incidenti
- Sorveglianza sul percorso
- Procedure disciplinare – rispetto regole



# Verifica accessibilità

| | |
|---|---|
| ACCESSO ALLE PISTE | Verificare che i tracciati di riscaldamento (warm-up) e le piste di competizione ufficiali siano collegati in modo continuo e sicuro, senza interruzioni nel manto nevoso |
| **Zona di Transito Sit-Ski** | Ispezionare l'area adibita al passaggio dalla carrozzina quotidiana, al "guscio" da sci. Questa zona deve essere tassativamente coperta per proteggere le carrozzine e i cuscini da pioggia o nevicate. |
| **Raccordo in Piano** | Il raccordo finale tra la pavimentazione della zona di transizione e l'inizio della pista deve essere perfettamente liscio, privo di gradini e in piano (smooth and flat onto the course). |
| **Transito all'Infrastruttura Logistica** | Garantire percorsi d'accesso privi di barriere per la zona pranzo e lounge dei team, i servizi igienici, gli spogliatoi, l'area medica, i locali anti-doping, la zona mista per i media (mixed zone) e il podio per la cerimonia di premiazione |
| **Manutenzione Ordinaria** | Pianificare lo sgombero continuo e costante di ghiaccio e neve da tutti i camminamenti pedonali e dalle aree di parcheggio dedicate agli atleti. |

# Verifica accessibilità

**Infrastrutture per la mobilità sulla neve**

**Installazione Tappeti Arrotolabili**: Posa di speciali passerelle arrotolabili ad alta resistenza (mobi-mat) stese sopra il manto nevoso checonsentono il movimento autonomo e sicuro delle carrozzine tradizionali a spinta manuale tra i tendoni logistici, gli spogliatoi e l'ingresso delle piste.

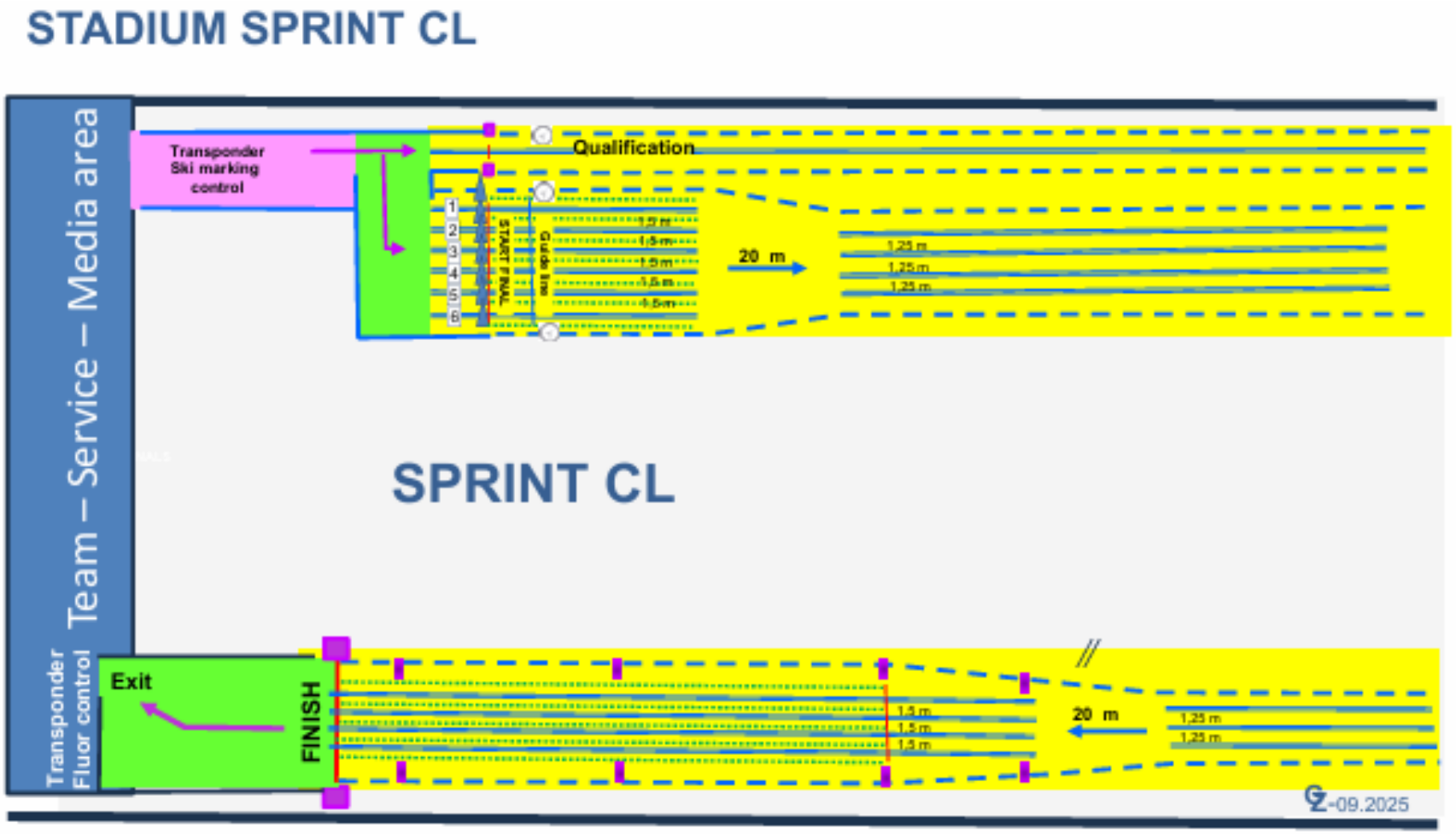
**Prevenzione Disagi**: prevenire ed evitare che le ruote affondino o scivolino nella neve fresca o nel fango nei punti di raccordo calpestati.





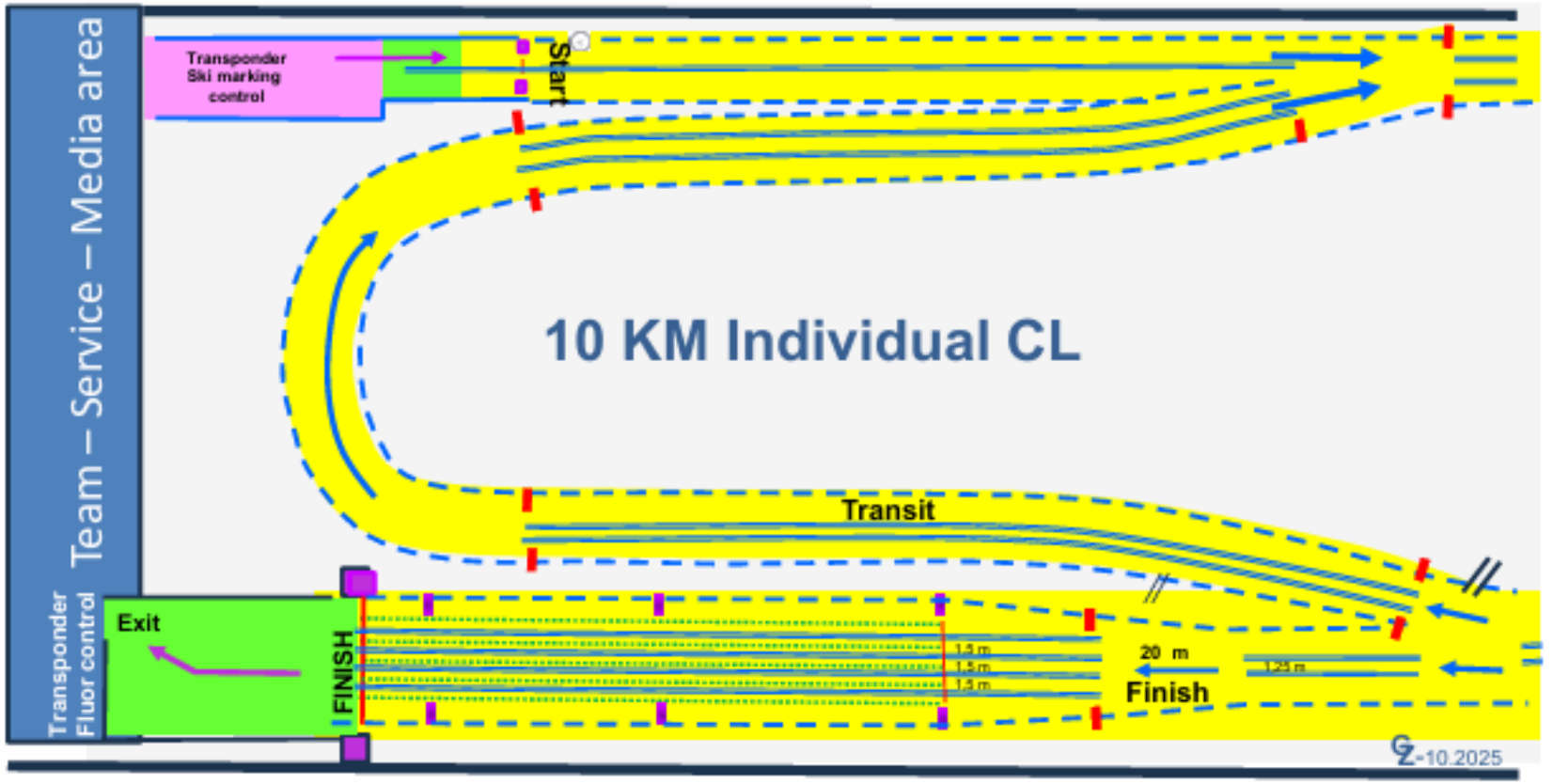


# Aree Stadio




**Sprint in Tecnica Classica** : Larghezza minima delle corsie di partenza nella fase finale di 1,5 metri per corsia (6 corsie totali numerate da 1 a 6). Presenza di una linea guida (Guide line) centrale per gli atleti non vedenti. Larghezza delle corsie nella zona di qualificazione ridotta a 1,25 metri per corsia.

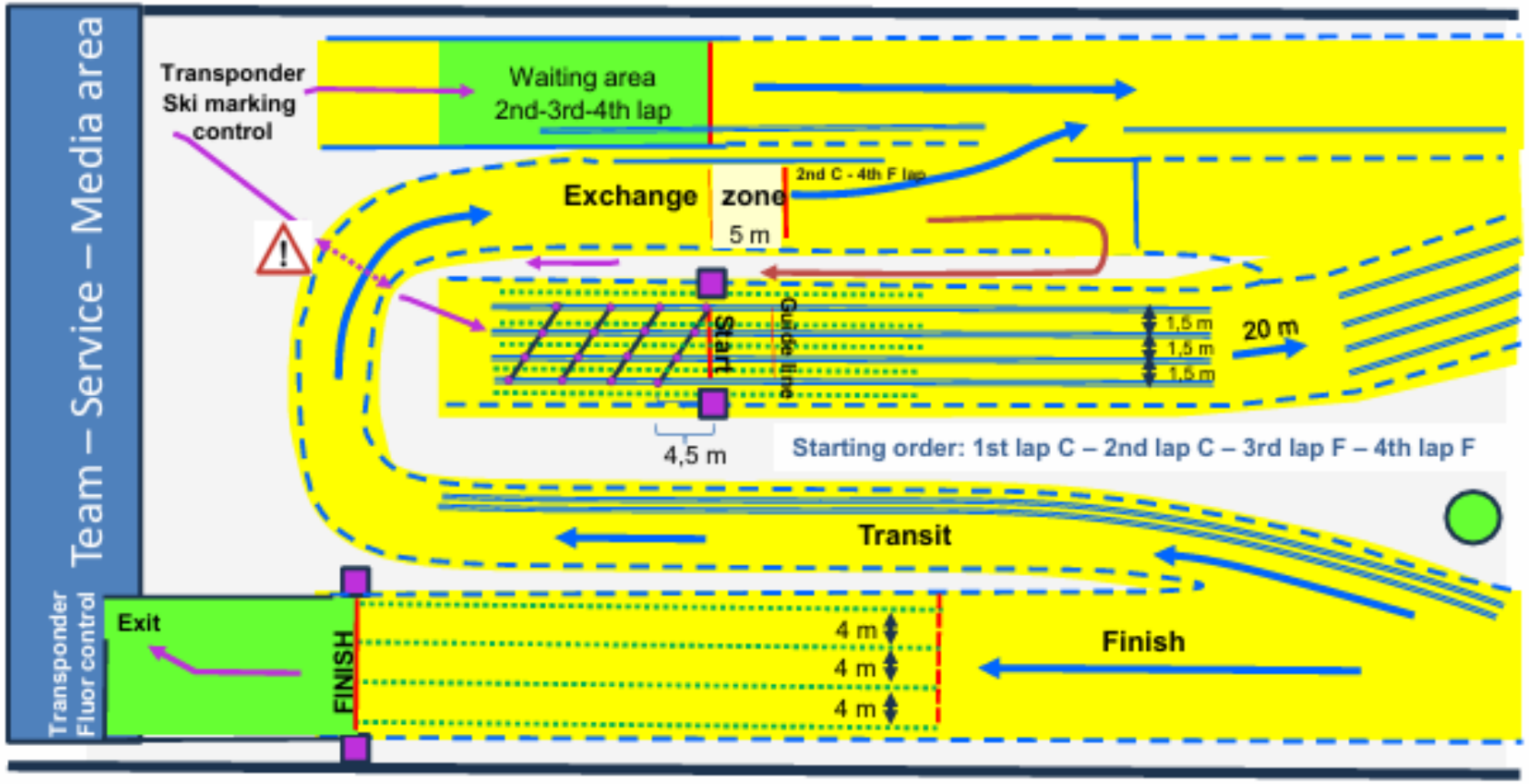
# Aree Stadio




**10 km Individuale in Classico**: Sezione di Partenza individuale a corsia singola da 1,5 metri con zona di controllo transponder e marcatura sci. Immissione in pista tramite un rettilineo di lancio di 20 metri che si restringe a 1,25 metri. Area di Transito (Transit) e rettilineo di Arrivo (Finish) con 3 corsie da 1,5 metri.

# Aree Stadio

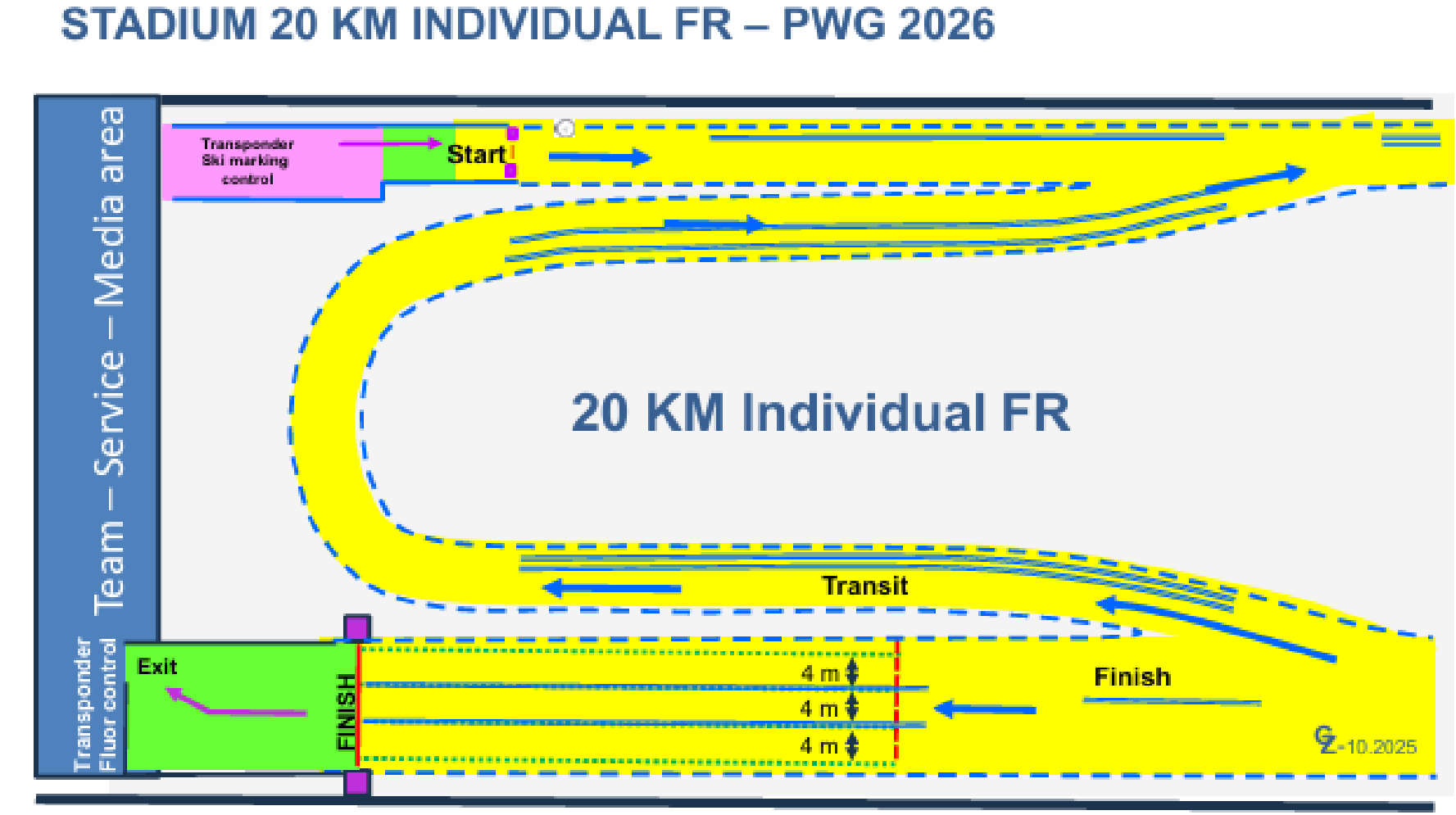
## EXCHANGE ZONE RELAY OPEN AND MIXED




**Zona Cambio Staffette – Open e Mixed**: Ordine di partenza: 1° giro Classico (C) – 2° giro Classico (C) – 3° giro Libero (F) – 4° giro Libero (F). Linea di partenza di 4,5 metri con linea guida. Zona di Cambio (Exchange zone) lunga esattamente 5 metri. Corsie di arrivo finale larghe 4 metri.

PARA CROSS-COUNTRY SKIING

# Aree Stadio




(**20 km Individuale in Tecnica Libera**: Configurazione specifica per le partenze individuali in tecnica libera (skating). Rettilineo di Arrivo suddiviso in 3 corsie di sketing larghe 4 metri ciascuna per consentire la massima ampiezza di n sicurezza senza collisioni.

# Regole per la tracciatura

## Obbligo del Doppio Binario in Classico per le Categorie Sitting:

Regola: Sui tracciati dedicati ai sit-ski devono essere sempre tracciati tassativamente due binari in classico paralleli.

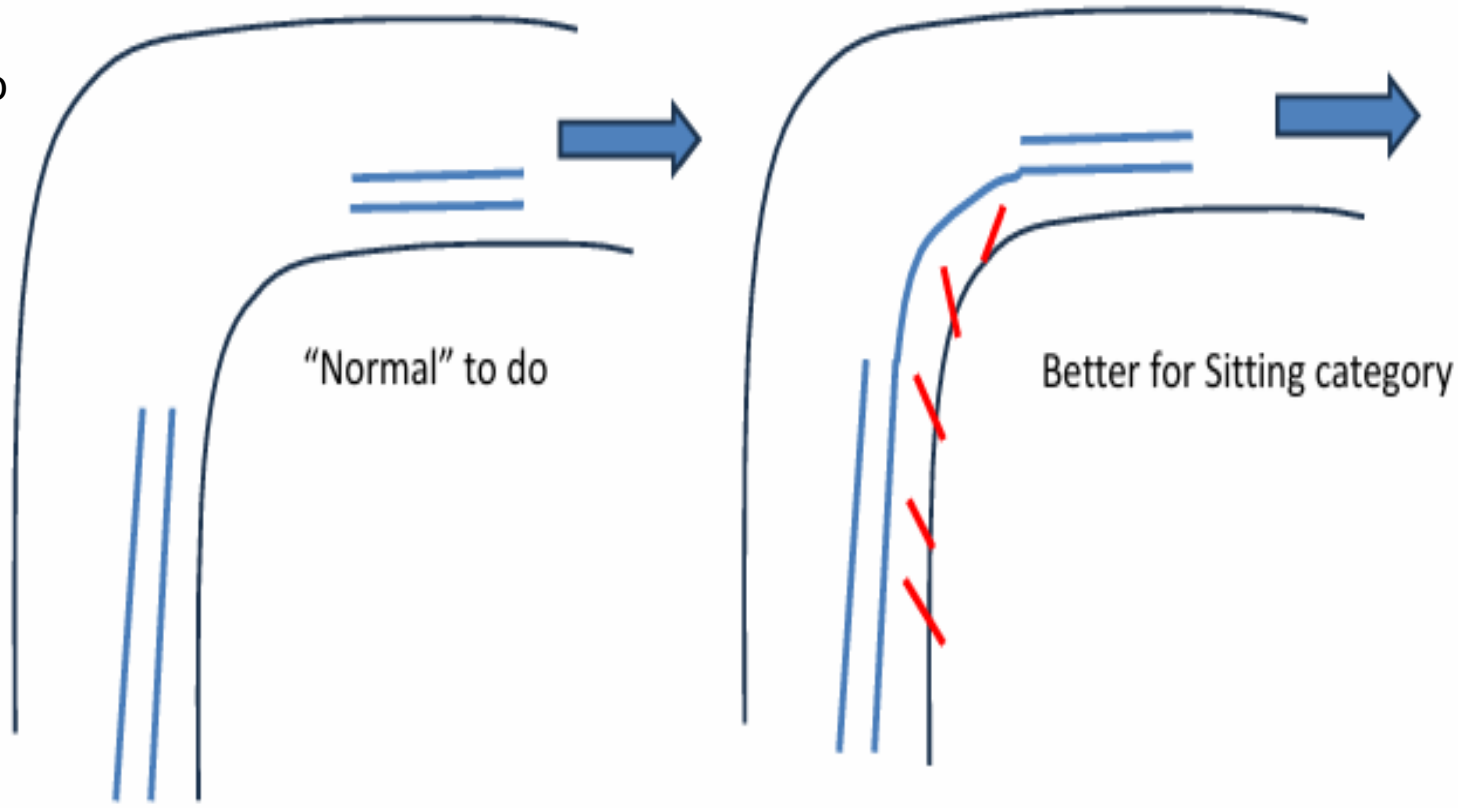
Nelle categorie Sitting ci sono enormi differenze di velocità tra le diverse classi (es. tra un LW10 e un LW12).
Questo genera un numero altissimo di sorpassi durante la gara. Poiché gli atleti legati nel guscio del sit-ski non hanno la mobilità fisica per uscire dal binario la presenza di due binari permette sorpassi continui in totale sicurezza senza rallentare nessuno.

# Regole per la tracciatura

## Tracciatura nelle Curve Strette in Salita (Uphill sharp corners):

Nelle curve a gomito o molto strette in salita, i binari in classico devono essere tracciati in modo continuo e prolungato esclusivamente sul lato interno della curva.

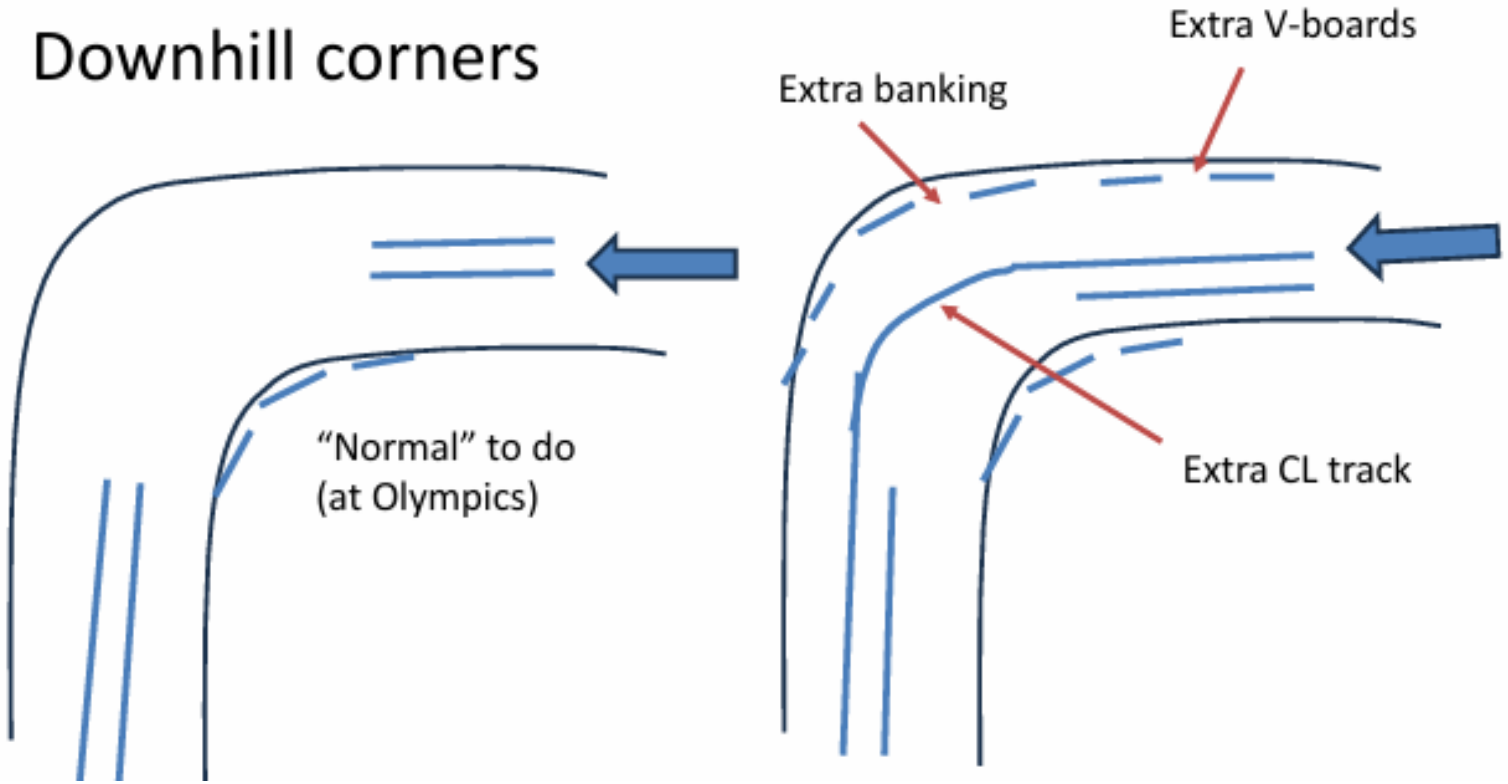
Gli atleti seduti delle classi funzionali più svantaggiate (come la classe LW10) presentano una totale assenza di muscoli addominali e del controllo del tronco. Di conseguenza, non sono fisicamente in grado di effettuare la trazione delle braccia sui bastoncini e contemporaneamente far girare lo sci facendo perno con il corpo. Il binario posizionato all'interno della curva funge da 'guida meccanica': mantiene agganciati gli sci del sit-ski e permette all'atleta di concentrarsi solo sulla spinta delle braccia, curvando in modo automatico e sicuro.



# Regole per la tracciatura

## Tracciatura nelle curve in discesa

È obbligatorio inserire binari in classico più lunghi e marcati all'interno delle discese, sia per la categoria Sitting sia per la categoria Visually Impaired.
Questo per l'incolumità fisica degli atleti. Nei sit-ski, la stabilità in velocità è ridotta rispetto allo sciatore in piedi, mentre gli atleti non vedenti o ipovedenti non possono percepire i microscopici avvallamenti del terreno ad alta velocità.



# Regole per la tracciatura

**Aumento del Contrasto Visivo per gli Atleti Ipovedenti (VI):**
Lungo tutto il percorso, e in particolare nei punti di svolta, devono essere installate molti più V-board.
*Questa maggiorazione di segnali serve a creare un forte contrasto visivo artificiale, vitale per gli atleti ipovedenti delle classi NS2 e NS3 che mantengono un minimo residuo visivo e sfruttano queste macchie di colore per capire la direzione della pista in discesa*



# Regole per la tracciatura

**Sopraelevazione Maggiorata delle Curve in Discesa (Extra Banking):**
Tutte le curve situate al termine o all'interno di tratti in discesa devono essere modellate artificialmente con una sponda di neve inclinata verso l'interno (banked corners) molto più alta ed esasperata rispetto agli standard delle Olimpiadi tradizionali. Garantisce la sicurezza antiribaltamento dei sit-ski. A causa del baricentro basso e rigido del guscio metallico, una curva in discesa tradizionale provocherebbe il ribaltamento immediato del sit-ski. La sponda di neve maggiorata contrasta la forza laterale e permette al guscio di curvare ad alta velocità rimanendo perpendicolare al terreno.



# FALSE PARTENZE

Verificare le false partenze: a causa del formato di partenza para, le false partenze potrebbero essere più frequenti nelle sprint (non richiamiamo lo sciatore, ma lo lasciamo proseguire).

Penalità di tempo applicate:
**minimo 10 secondi** applicata per falsa partenza nello **sprint**.
**minimo 15 secondi** applicata per falsa partenza nelle **gare individuali**
**minimo 30 secondi** applicata per lo **scambio errato in staffetta**

# CONTROLLO IN GARA

**Monitoraggio tramite Controllori Video**:
Posizionamento strategico di postazioni provviste di telecamere e giudici tecnici NTO lungo i punti più sensibili dei tracciati.
**Verificare** che tutti gli atleti seguano fedelmente il percorso ufficiale assegnato alla propria categoria, non ricevano aiuti esterni non consentiti (es. spinte prolungate dalle guide al di fuori dei punti consentiti) e rispettino le zone a tecnica obbligatoria.
**Controllo delle Zone Tecniche**: Monitorare le zone di Technical Zone, da inizio a fine, raccogliendo prove video da sottoporre alla decisione finale della Giuria in caso di infrazione o ricorso.



# Regolamento ICR

ICR (LUGLIO 2026)

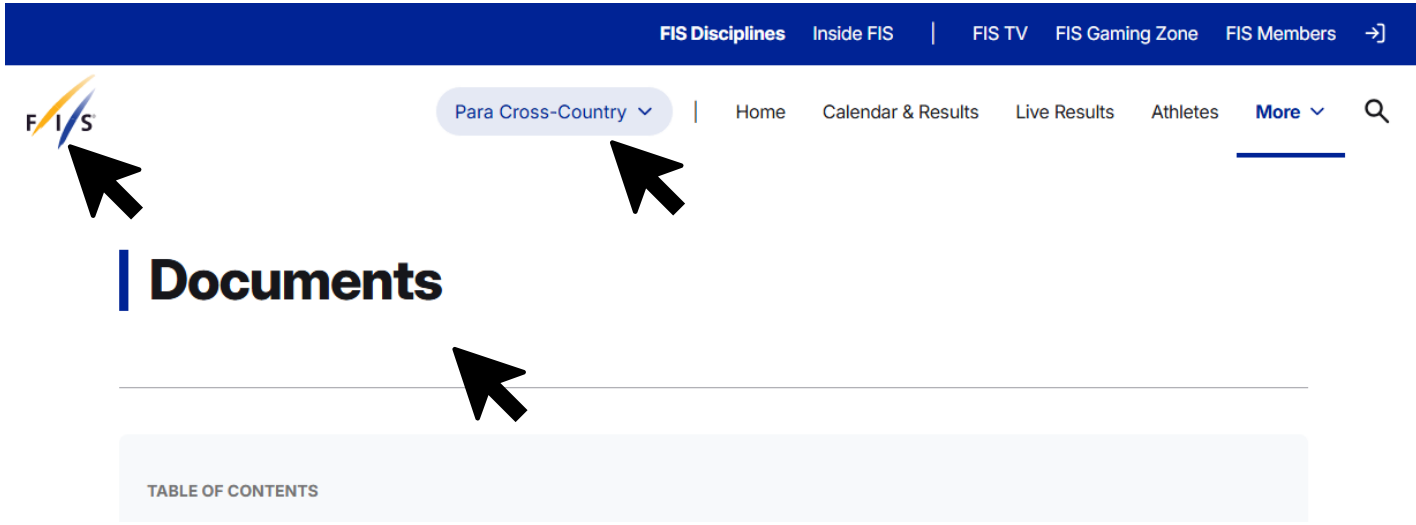


THE INTERNATIONAL SKI COMPETITION RULES (ICR)

PARA CROSS-COUNTRY

APPROVED BY THE FIS COUNCIL – JUNE 2026

EDITION JULY 2026



# Regolamento GUIDE

ICR (LUGLIO 2026)
SEZ. 3 - D
12342

CAMBIO GUIDA è permesso per;
>5km un cambio
>10 km 2 cambi

Richiesto per la Classe NS1 e NS2
(prima solo NS1)

La guida deve partire insieme all'atleta, da una posizione davanti all'atleta

Solo se la Guida ha sciato l'intero percorso e/o tutte le fasi di una gara con l'atleta, alla guida verrà assegnato lo stesso premio



# ALTRI DOVERI DELLA GIURIA DURANTE LE GARE:

**Verificare che gli atleti Sitting** dispongano di adeguate attrezzatura omologata e che rispettino le regole

Altezza massima in posizione seduta 40 cm



# ALTRI DOVERI DELLA GIURIA DURANTE LE GARE:

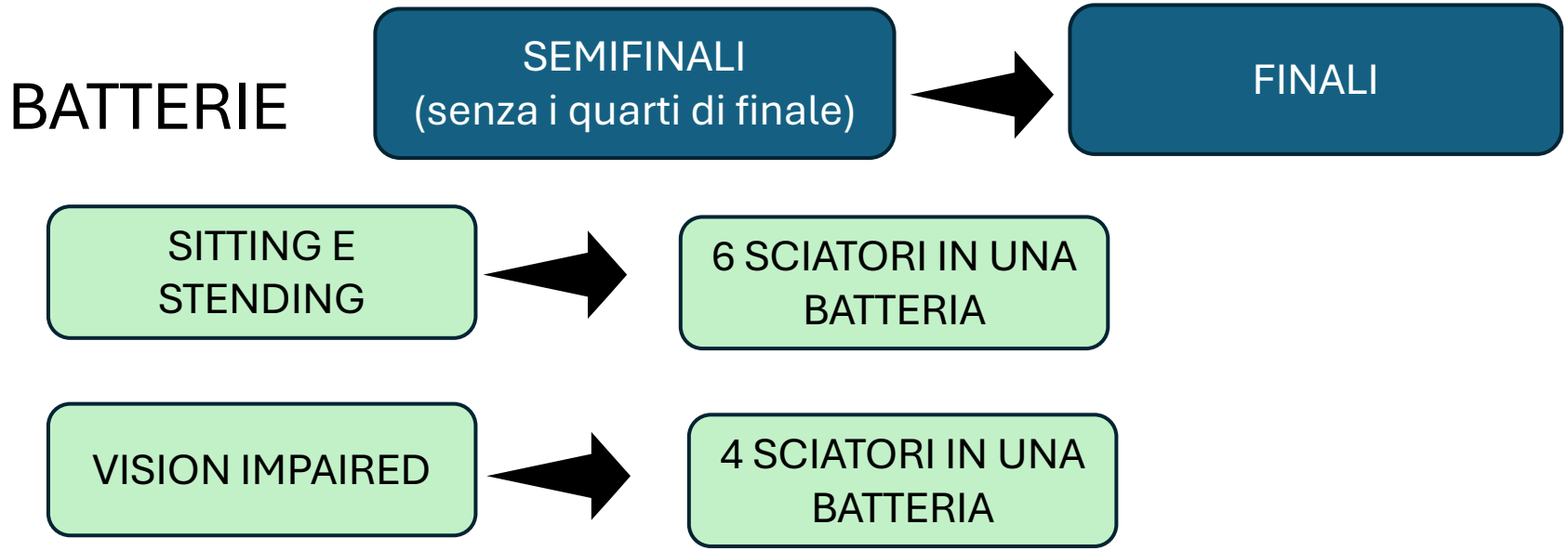
**Verificare per gli atleti Sitting** la tecnica corretta

NON è consentito sollevare la parte inferiore dello sci





# SPRINT




Gli sciatori della stessa categoria (stessa percentuale) partono insieme in gruppi

– *Esempio di categoria di partenza:*
*tutti gli sciatori LW10 partono insieme per primi, poi partono tutti gli sciatori LW11 e infine partono tutti gli sciatori LW12*

Il primo sciatore che taglia il traguardo è il vincitore

# SPRINT



# SPRINT

È richiesta una gara di qualificazione
Il tempo calcolato dello sciatore vincitore nella gara di qualificazione viene utilizzato nella formula per calcolare la lista di partenza per le batterie

Calcolo del tempo di partenza della batteria
Esempio: Il tempo vincente in una breve qualificazione sprint è di 126 secondi.
Per l'inizio delle batterie (sia semifinali che finali):

- gli sciatori della classe LW12 (100%) partiranno per ultimi
- gli sciatori della classe LW11 (94%) partiranno 8 secondi prima
- Gli sciatori della classe LW10 (86%) partiranno 21 secondi prima

Orari di inizio:

– Sciatori LW10: 10:00:00
– Sciatori LW11: 10:13:00
– Sciatori LW12: 10:21:0

# PER PARTENZA A INTERVALLI (10 KM CL E 20 KM FR)

- Inizio intervallo:

-lista di partenza in base ai punti FIS Para

Ordine invertito dei punti o del raggruppamento (condizioni di

-Bibs per Sitting per ogni gara: sulla slitta

-Sorpasso: i concorrenti che vengono sorpassati devono cedere il passo al primo segnale.

*Potrebbero essere previste delle eccezioni per gli atleti che gareggiano nella categoria Siting*.

- Atleti caduti: **i funzionari o gli allenatori possono prestare assistenza**

# DIFFERENZE CON CC

## CANCELLETTO DI PARTENZA

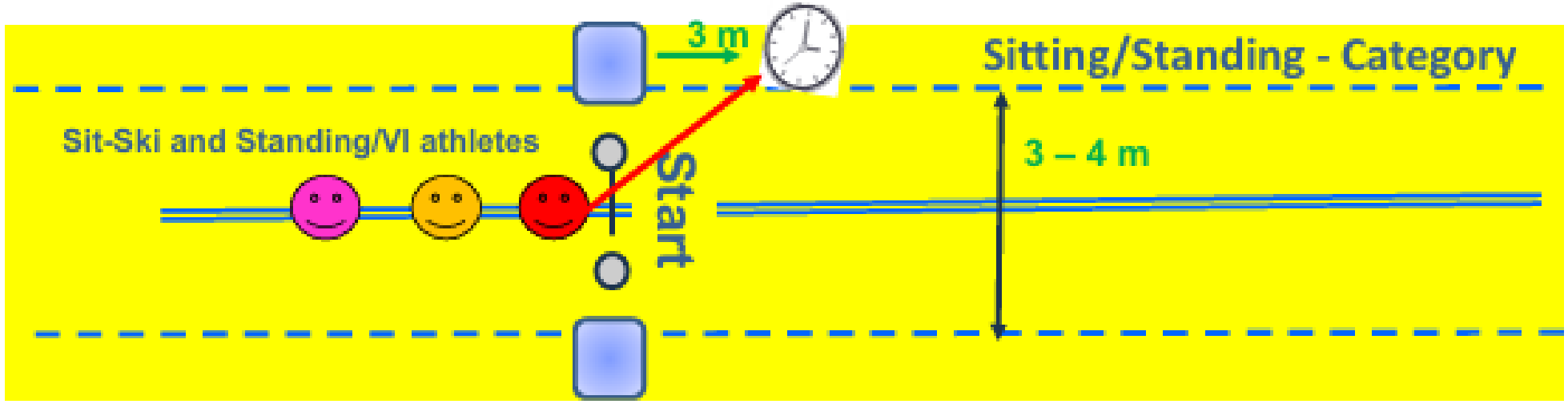


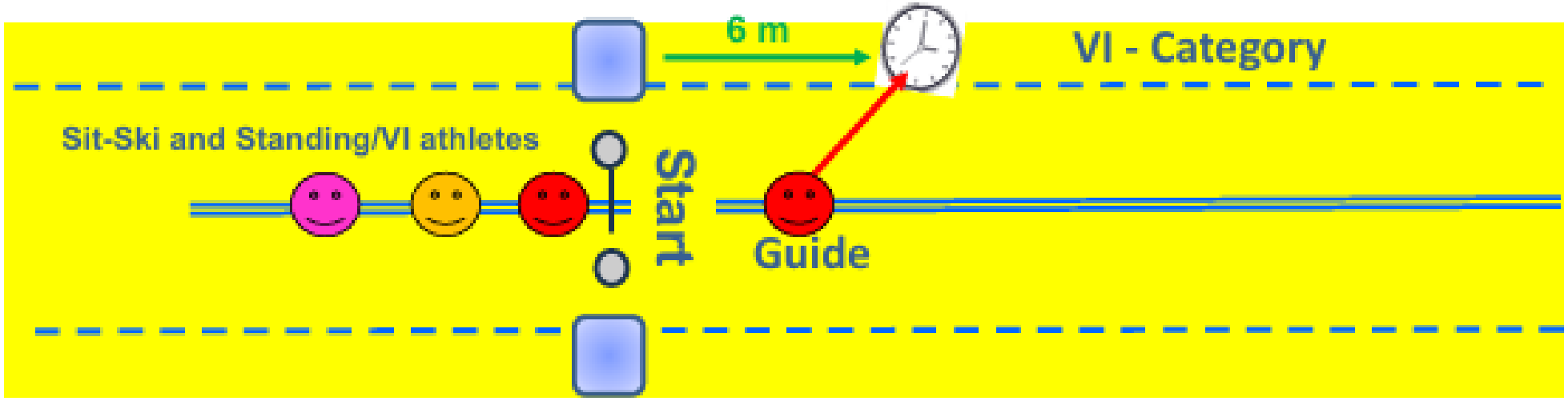

Non serve il supporto per il cancello di partenza

Nessun cancello di partenza riscaldamento per le batterie di sprint

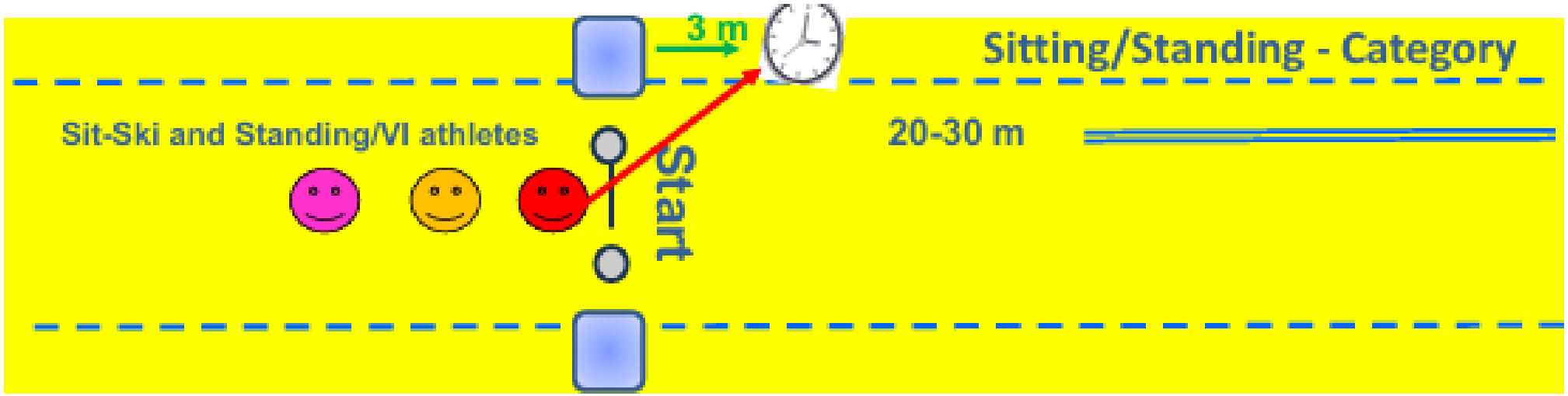
Categoria Sitting: l'altezza del cancello di partenza può aumentare fino a 75 cm sopra la neve

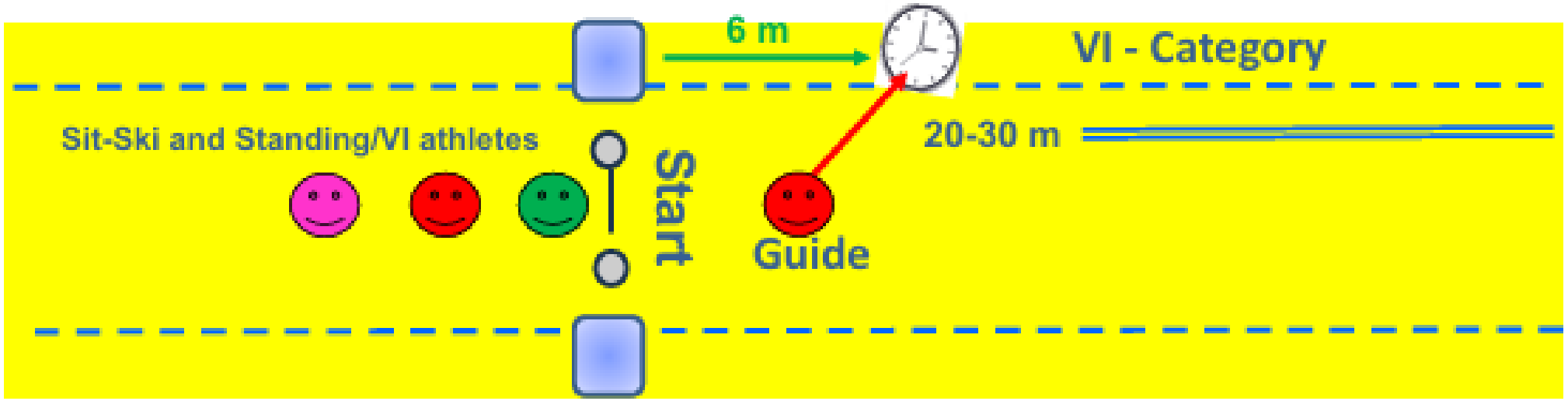
# PARTENZA INERVALLI TC



# PARTENZA INERVALLI TL





# STAFFETTA

Sono previste due tipologie gare di staffetta (mista e open, entrambe 4 x 2,5 km: CL,CL,FR,FR)

- **Staffetta mista**: la percentuale combinata di ciascuna squadra deve essere pari o inferiore al 335% , calcolata sommando le percentuali individuali dell'atleta in ciascuna frazione con una riduzione del 15% per frazione per le atlete e del 12% per frazione per gli atleti della categoria Sitting (atlete che gareggiano nella categoria Sitting: meno il 27%).
Deve esserci almeno una donna partecipante.

- **Staffetta Open**: la percentuale combinata di ciascuna squadra deve essere pari o inferiore al 375% , calcolata sommando le percentuali individuali dell'atleta in ogni frazione con una riduzione del 15% per frazione per le atlete e del 12% per frazione per gli atleti della categoria "Seduti" (atlete che gareggiano nella categoria "Sitting": meno il 27%).

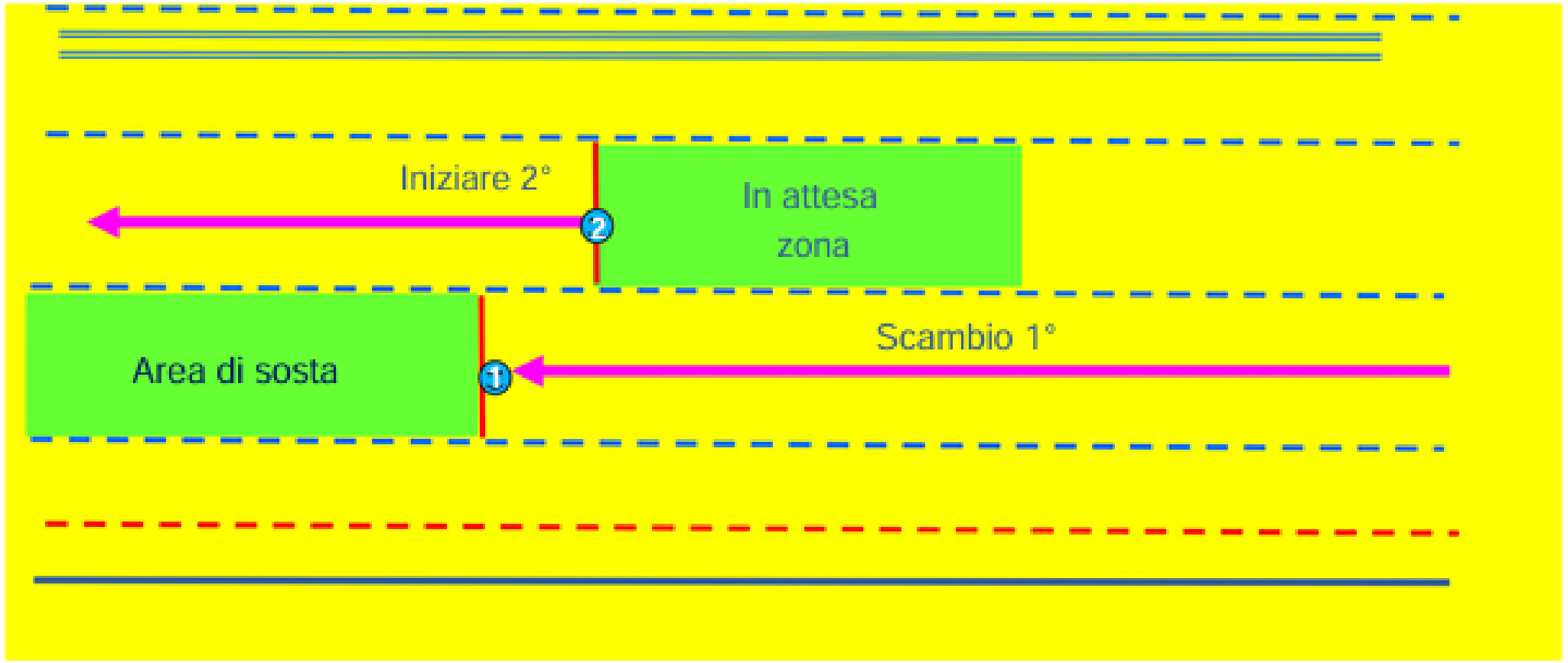
- **Ogni squadra può essere composta da 2, 3 o 4 atleti**

# STAFFETTA

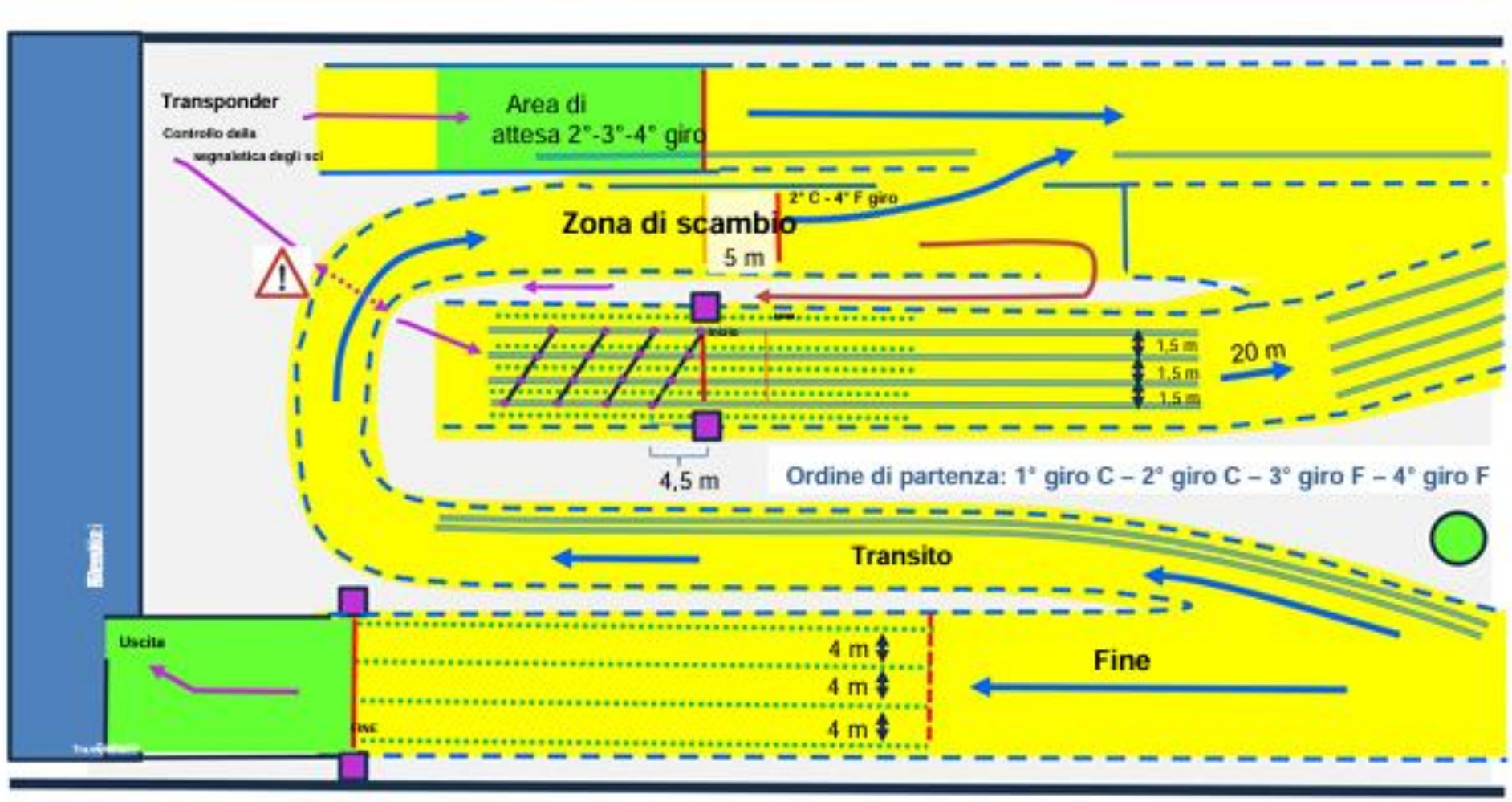
L'ordine di partenza/il numero di pettorale della squadra è basato sui risultati delle ultime Paralimpiadi per lo sciatore/squadra che parte per primo.
I restanti numeri di pettorale vengono assegnati utilizzando la percentuale della squadra dello sciatore di partenza

Nelle prime due frazioni (CL) avremo sit-skiers che gareggeranno insieme a atleti Standing e VI (che utilizzano il percorso per sciatori seduti)

# ZONA CAMBIO STAFFETTA



# ZONA CAMBIO STAFFETTTA MISTA E OPEN



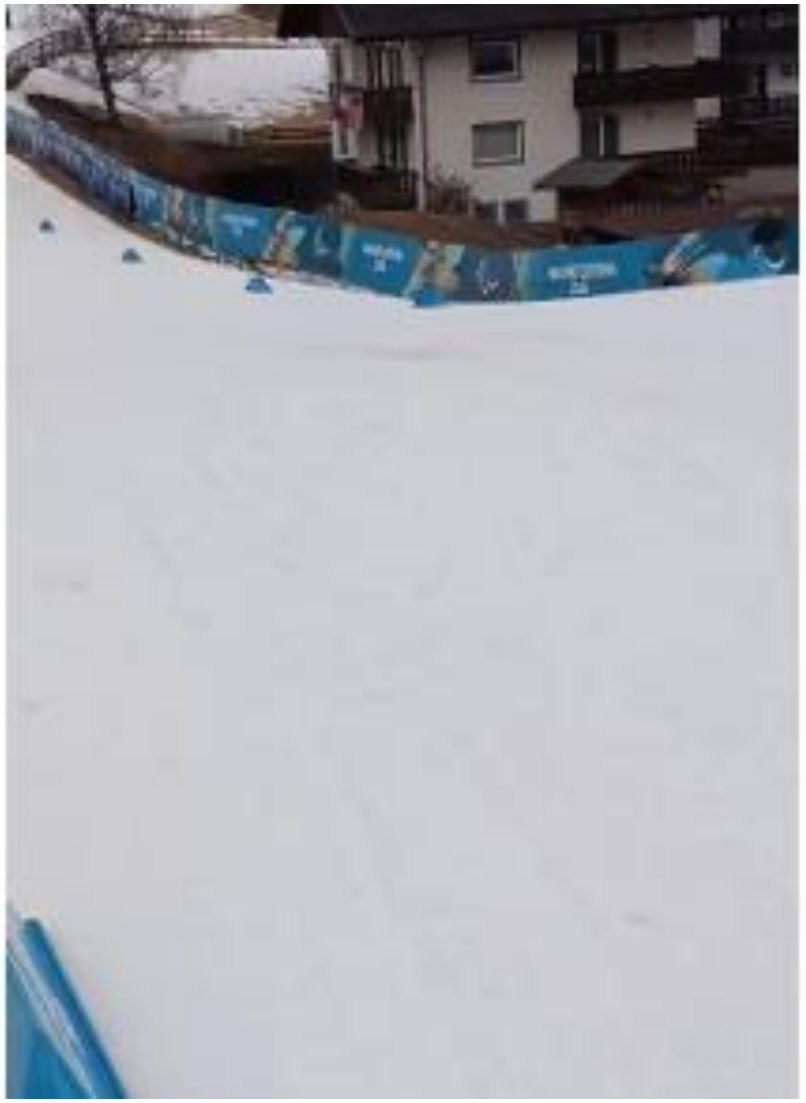
# SICUREZZA GENERALE

I percorsi per le diverse tipologie di atleti possono incrociarsi tra loro in alcuni punti, di conseguenza potrebbero verificarsi incidenti anche gravi.
Si cercherà quindi di prevedere allenamenti e partenze in orari diversi e distanziati per evitare incidenti

È inoltre importante chiudere, dove serve, i diversi tracciati con appropriate recinzioni alfine di evitare collisioni.

# CASI - SCENARI

## Scenario 1



# CASI - SCENARI

## Scenario 1 – Rule reference

### Rule 12342.6

| | |
|---|---|
| **12342.6** | For reasons of safety on course, the guide is allowed to hold the athlete they are guiding (one arm or one pole). During holding it is forbidden to actively pull or push the athlete or for the athlete and the guide to be actively skating or striding. |

# CASI - SCENARI



# CASI - SCENARI

## Scenario 2



# CASI - SCENARI

## Scenario 2 – Rule reference

### Rule 12352.1.5

| | |
|---|---|
| 12352.1.5 | The consequences of a sanction assessed on a guide during a competition automatically applies to the athlete/guide team. |

# CASI - SCENARI



# CASI - SCENARI

## Scenario 3



# CASI - SCENARI

## Scenario 3 – Rule reference

### Rule 12343.9

| | |
|---|---|
| **12343.9** | In all competitions obstruction is not allowed. This behavior is defined as deliberately: impeding, blocking (by not following best line), skiing between an athlete and their guide, charging or pushing any competitor with any part of the body or ski equipment. |

# CASI - SCENARI



# STRUMENTI PER IL TD

Documenti Para Cross-Country

- Regole ICR e punti
- Date di pubblicazione della lista punti
- Lista percentuali
- Criteri di qualificazione
- Regole per attrezzature adattive, compresi gli sit-skis
- Guida all'omologazione
- Modulo sanzioni

- Elenco punti FIS Para Cross-Country
- Timing a e file dati
- Certificati di omologazione (sotto CC)
- Calendario

# GRAZIE e
# BUON LAVORO!!!