



REGOLAMENTO TECNICO FEDERALE (RTF)

TRATTO DA THE INTERNATIONAL SKI COMPETITION RULES
(ICR) APPROVATO DAL **FIS COUNCIL – ONLINE MEETING**
OTTOBRE 2020

EDIZIONE OTTOBRE **2020**

2^a Sezione

300 Competizioni nello Sci Nordico

300.1 Le gare autorizzate dalla FIS sono disciplinate dalle seguenti pubblicazioni FIS: ICR – 1^a Sezione (200s), 2^a Sezione (300s), regole di Coppa del Mondo, regole e direttive per i punti FIS e linee guida annuali approvate dalla Commissione FIS per lo Sci Nordico (FIS Cross-Country Committee). La FISI recepisce le regole FIS.

A. Organizzazione

301 Il Comitato Organizzatore (CO)

301.1 Per una gara internazionale deve essere nominato un Comitato Organizzatore (CO). Il CO è costituito da membri designati dalla Federazione Nazionale (NSA) e dal CO stesso. Il CO gestisce i diritti, i doveri e gli obblighi dell'organizzazione. Vedi art. 210.

302 I Funzionari di gara

302.1 Nomina dei Funzionari di gara

302.1.1 I Funzionari designati dalla FIS sono:

- ai Giochi Olimpici Invernali (OWC) e ai Campionati del Mondo (WSC): il Delegato Tecnico (DT), l'Assistente del DT, i membri della Giuria, il Race Director (RD) e l'assistente del Race Director (RDA);
- alla Coppa del Mondo (WC): il Delegato Tecnico (DT), l'Assistente del DT, il Race Director e l'assistente del Race Director (RDA);
- ai Campionati Mondiali Junior (JWSC): il Delegato Tecnico (DT), l'Assistente del DT e un Membro della Giuria;
- alle gare di COC e alle gare FIS: il Delegato Tecnico.
- alle gare FISI: vedi Agenda degli Sport Invernali

L'assistente del Race Director (RDA) è un membro di Giuria senza diritto di voto ma deve agire come RD in caso di assenza del RD.

302.1.2 I Funzionari designati dalla Federazione Nazionale sono

- ai JWSC, WC, COC e alle competizioni FIS: il DT nazionale.

302.1.3 I membri nominati dal CO

302.1.3.1 Il CO nomina tutti i rimanenti membri. Figure chiave sono:

- Direttore di gara
- Assistente direttore di gara
- Segretario di gara
- Direttore di pista
- Direttore dello stadio

302.1.3.2 Il Presidente del CO o il suo Assistente rappresenta il CO in pubblico e presiede le riunioni. Egli coopera strettamente prima e dopo la competizione con la FIS/FISI. Vedi art. 210.

All'interno del CO deve essere nominato il Direttore di gara che è qualificato per condurre e supervisionare gli aspetti tecnici della competizione ed è il principale

interlocutore della Giuria. I Funzionari di gara sono specialisti altamente qualificati nelle mansioni a loro assegnate. Ciascuno è autorizzato a svolgere una sola mansione. I Funzionari devono essere facilmente riconoscibili tramite l'uniforme, la fascia al braccio o il badge.

302.2

I Funzionari di gara nominati dal Direttore di Gara

302.2.1

I Funzionari di gara sono:

- Segretario di gara
- Direttore di pista
- Direttore del servizio di cronometraggio ed elaborazione dati
- Direttore dello stadio
- Direttore dei controlli e della sicurezza in gara.

Il Direttore di gara, se necessario, può nominare altri funzionari.

302.3

I Funzionari di gara e i loro doveri

302.3.1

Il Direttore di gara è responsabile per tutti gli aspetti riguardanti la competizione e supervisiona il lavoro di tutti gli altri Funzionari di gara. Egli deve informare costantemente il DT in merito ai lavori di preparazione e in merito ai cambiamenti che potrebbero essere apportati. Deve fornire ai membri di Giuria le mappe e i profili dei percorsi, la mappa dello stadio, il programma cronologico, etc. a tempo debito prima del loro arrivo sul sito di gara.

302.3.2

Il Segretario di gara è responsabile di tutti i lavori di segreteria riguardanti gli aspetti tecnici della competizione: iscrizioni, riunione dei capisquadra, verbali, orari, pubblicazione delle liste di partenza e dei risultati, reclami.

302.3.3

Il Direttore di pista è responsabile della preparazione (battitura, segnaletica e recinzioni), del tracciato di gara, dell'area test, del tracciato di riscaldamento e dell'allestimento e posizionamento appropriato dei pannelli e delle strutture pubblicitarie.

302.3.4

Il Direttore del servizio di cronometraggio ed elaborazione dati è responsabile della direzione e del coordinamento degli addetti che lavorano nella zona di cronometraggio (lo starter, gli addetti alla zona di arrivo per il cronologico e i controlli, gli addetti al cronometraggio manuale, elettronico, gli addetti ai cronometraggi intermedi e al lavoro di calcolo). Il direttore del servizio di cronometraggio ed elaborazione dati monitora la preparazione del referto del Timing and data Technical report (TDTR) e degli XML per la trasmissione elettronica alla FIS immediatamente dopo la gara. Una copia del TDTR può anche essere pubblicata (solo se il TD non ha accesso al suo referto) per una verifica prima della trasmissione degli XML. Il programma per il TDTR si trova sul sito della FIS (solo per le gare FIS).

302.3.5

Il Direttore dello stadio è responsabile di tutte le attività che si svolgono nello stadio. Ciò include la preparazione del tracciato dentro lo stadio, l'allestimento e il posizionamento appropriato dei pannelli e delle strutture pubblicitarie nello stadio, la predisposizione di un idoneo e ben segnalato accesso per gli atleti allo start. Il Direttore dello stadio è responsabile di assicurare nella zona di arrivo uno spazio adeguato per l'abbigliamento degli atleti, per i tecnici, per i fornitori di materiale, per gli addetti all'antidopping, per lo staff medico, nonché di una buona collaborazione con i media e le ceremonie nella zona di arrivo.

302.3.6

Il Direttore dei controlli e della sicurezza in gara è responsabile, insieme alla Giuria, dell'organizzazione e del posizionamento dei controllori, al fine di raccogliere tutte le informazioni necessarie e riferire ogni incidente alla Giuria il prima possibile.

Per ogni postazione di controllo sono necessarie due persone. Il numero e il posizionamento dei controlli è stabilito senza informare gli atleti, i tecnici o altri membri. I controllori registrano le eventuali violazioni e annotano i passaggi dei concorrenti. Essi possono essere equipaggiati con un dispositivo video. Dopo la gara i controllori devono informare il Responsabile dei controlli e della sicurezza in gara di ogni violazione delle regole ed essere pronti a testimoniare davanti alla Giuria.

302.3.7 Il Responsabile dei media deve garantire le condizioni ottimali di lavoro per i media, gli operatori e i Funzionari di gara nell'area dedicata ai media. Questo include la progettazione, l'allestimento e la gestione della zona mista. La zona mista comprende lo spazio dedicato alle interviste per l'emittente principali, le televisioni, le radio, i giornalisti e lo spazio dedicato ai fotografi. Devono essere garantite le stanze per le conferenze stampa e le infrastrutture correlate al lavoro dei media. Il Responsabile dei media garantisce anche la correttezza e la pertinenza delle informazioni che giungono alla stampa, alle radio e alla televisione.

302.3.8 Il Capo del servizio medico e di soccorso è responsabile dell'organizzazione dell'assistenza medica e del primo soccorso e del celere trasporto del paziente nella più vicina struttura idonea al soccorso.

Il servizio medico e di primo soccorso deve essere completamente operativo durante tutto il periodo dell'allenamento ufficiale.

I dettagli delle caratteristiche del servizio medico sono descritti nel capitolo 1 della *FIS Medical Guide* contenente le regole e le linee guida.

303 La Giuria e i suoi doveri

303.1 I membri della Giuria

Per tutti gli OWG e WSC le seguenti cariche compongono la Giuria:

- il DT, che è il capo della Giuria (nominato dalla FIS)
- l'Assistente del DT (nominato dalla FIS)
- il Direttore di gara
- due altri membri esterni (nominati dalla FIS)
- il Direttore di gara FIS (nominato dalla FIS)

I Funzionari di gara FIS menzionati sopra sono nominati dal Consiglio della FIS (FIS Council) su proposta della Commissione FIS per lo Sci Nordico.

303.1.2 Per la Coppa del Mondo la Giuria è composta da:

- il DT (nominato dalla FIS)
- l'assistente del DT (nominato dalla FIS)
- il Race Director (nominato dalla FIS)
- il Direttore di gara
- il DT nazionale (designato dalla Federazione Nazionale ospitante in accordo con il coordinatore regionale FIS dei giudici)

303.1.3 Per i JWSC la Giuria è composta da:

- il DT (nominato dalla FIS)
- l'assistente del DT (nominato dalla FIS)
- un membro della Giuria (nominato dalla FIS)
- il Direttore di gara

- il DT nazionale (designato dalla Federazione Nazionale ospitante in accordo con il coordinatore regionale FIS dei giudici)
- 303.1.4 Per le Universiadi invernali (UWG) la Giuria è composta da:
- il DT, che è a capo della Giuria (nominato dalla FIS)
 - l'assistente del DT (nominato dalla FIS)
 - il Race Director (nominato dalla FISU)
 - il Direttore di gara
 - il DT nazionale (designato dalla Federazione Nazionale ospitante in accordo con il coordinatore regionale FIS dei giudici)
- 303.1.5 Per gli EYOF, i Giochi Invernali Asiatici (AWG) e per i Campionati del Mondo di skiroll la Giuria è composta da:
- il DT, che è a capo della Giuria (nominato dalla FIS)
 - l'assistente del DT (nominato dalla FIS)
 - il Direttore di gara
 - il DT nazionale (designato dalla Federazione Nazionale ospitante in cooperazione con il coordinatore regionale FIS dei giudici)
- 303.1.6 Per la COC e le manifestazioni FIS/FISI e per le Coppe del Mondo di skiroll e per le gare FIS/FISI la Giuria è composta da:
- il DT, che è a capo della Giuria (nominato dalla FIS/nominato dall'FISI – vedi Agenda degli Sport Invernali per i dettagli)
 - il Direttore di gara
 - il DT nazionale/Assistente del DT (designato dalla Federazione Nazionale ospitante in accordo con il coordinatore regionale FIS dei giudici/nominato dalla FISI - vedi Agenda degli Sport Invernali per i dettagli).
- 303.2 Il ruolo del Delegato Tecnico (DT) e dell'Assistente del Delegato Tecnico (ADT) alle WC, WCS, OWG, JWSC, COC e alle competizioni FIS/FISI.**
- 303.2.1 Autorità
- Il DT è delegato dalla FIS/FISI al CO ed è garante per la FIS/FISI che la competizione si svolga secondo le regole FIS/FISI. Il DT deve avere una licenza da DT valida e deve saper parlare e scrivere in inglese. Il DT ha la responsabilità di coinvolgere e utilizzare l'assistente del DT nominato dalla FIS/FISI e il DT nazionale nominato dalla Federazione Nazionale prima, dopo e durante la competizione. Il DT ha il compito di organizzare il lavoro della Giuria.
- 303.2.2 Designazione
- 303.2.2.1 Per gli OWG, WSC, WC e JWSC il DT, l'Assistente del DT e gli altri componenti della Giuria devono possedere la licenza da DT per lo Sci Nordico.
- 303.2.2.2 Per tutte le competizioni OWG, WSC e WC il DT e l'Assistente del DT devono provenire da un'altra nazione rispetto a quella ospitante. Per le restanti competizioni internazionali, possono essere nominati un DT della stessa nazione. Le competizioni che compaiono regolarmente nel calendario FIS devono avere un DT straniero almeno ogni quattro anni.
- 303.2.2.3 Per tutte le competizioni OWG, WSC, JWSC e WC il DT e l'Assistente del DT sono nominati dalla Commissione FIS per lo Sci Nordico. Per gli OWG e WSC le nomine decise dalla Commissione FIS per lo Sci Nordico devono essere confermate dal Consiglio della FIS (FIS Council). Per le restanti competizioni interna-

zionali i DT sono nominati dalla Sottocommissione FIS per le Regole e il Controllo. Per i JWSC, WC, COC e le competizioni FIS/FISI la NSA deve nominare il DT nazionale che è supervisionato e diretto dal DT.

303.2.2.4 I soggetti che rivestono incarichi di responsabilità nelle squadre nazionali non possono essere nominati per rivestire la carica di DT o membro di Giuria per OWG, WSC, JWSC e WC.

303.3 I doveri della Giuria

303.3.1 La Giuria deve garantire che la competizione sia organizzata e si svolga secondo le regole FIS/FISI. Le responsabilità iniziano quando la Giuria viene designata e terminano quando i reclami relativi alla gara conclusiva sono stati valutati e i risultati ufficiali sono stati pubblicati. La prima riunione della Giuria dovrebbe essere tenuta prima dell'allenamento ufficiale.

303.3.2 La Giuria deve chiarire e decidere:

- se la competizione deve essere rinviata, interrotta o cancellata;
- se il percorso di gara deve essere aggiustato per motivi di sicurezza o se lungo il percorso devono essere previste misure di sicurezza aggiuntive (recinzioni, materiale protettivo, etc.)
- se le iscrizioni in ritardo e le sostituzioni possono essere accettate;
- se i reclami possono essere accettati e se devono essere applicate sanzioni o squalifiche;
- se applicare sanzioni nei confronti di un atleta o di un tecnico;
- se, in casi speciali, ci sono variazioni dell'ordine di partenza e del metodo di partenza;
- ogni caso non contemplato nel regolamento FIS/FISI.

303.3.3 All'interno del campo di gara specialmente durante l'allenamento ufficiale e durante la competizione ogni membro votante della Giuria è autorizzato ad emettere richiami orali e revocare l'accredito valido per l'evento corrente.

303.4 I compiti della Giuria prima e durante la competizione

303.4.1 Di norma i membri di Giuria dovrebbero arrivare sul sito di gara così da avere 2 giorni di lavoro interi prima del primo giorno di gara.

Il DT controlla che tutti compiti della Giuria vengano svolti e assegna il lavoro agli ai membri della Giuria stessa in base alle loro competenze e all'esperienza.

I membri della Giuria dovrebbero essere in grado di sciare sul tracciato ed esprimere un parere sulla preparazione della pista.

303.4.2 I compiti della Giuria prima di arrivare sul sito di gara riguardano ma non sono limitati a:

- l'invito;
- il programma delle gare;
- le iscrizioni e le autorizzazioni a partecipare;
- le planimetrie dello stadio e del tracciato;
- le condizioni di innevamento e i piani di emergenza (in caso di cattive condizioni della neve);
- l'ispezione (se stabilita dalla Commissione FIS/FISI per lo Sci Nordico).

303.4.3 I compiti della Giuria sul sito di gara prima delle competizioni riguardano ma non sono limitati a:

- l'assicurazione (art. 212.2);
- il tracciato:
omologazione, preparazione (condizioni della neve, battitura, equipaggiamento per la battitura, apripista, le pattuglie delle neve, piani in caso di condizioni meteorologiche estreme, incluso il piano per l'utilizzo del sale), deignalazione del tracciato, misure di sicurezza, area riservata/proibita ai tecnici (coaching/no coaching area), rifornimenti, percorsi di per le motoslitte (se possibile);
- l'area riservata alle squadre:
strutture per la sciolinatura, area test, pista per il riscaldamento;
- lo stadio:
pianta dettagliata, segnaletica, barriere, logistica generale, punti di informazione, altoparlanti;
- il servizio medico:
stazioni di primo soccorso, piano di recupero, controlli antidoping (strutture, accompagnatori);
- la sistemazioni delle squadre:
livello, distanze, prezzo, preparazione e qualità dei pasti;
- l'ufficio gara:
ubicazione, organizzazione, equipaggiamento, orario di apertura, informazioni per le squadre, modulistica, liste (punti FIS/FISI, graduatorie di coppa, richiami scritti) iscrizioni (autorizzazioni a partecipare, contingenti, codici FIS/FISI, gruppi - se applicati);
- la riunione dei capisquadra:
luogo, programma, stanza attrezzata, rinfresco, ordine del giorno, presentazione, informazioni per le squadre, sorteggio (se applicato), supervisionare la riunione e prendere decisioni durante la riunione se necessario;
- il cronometraggio:
procedure per la partenza e per l'arrivo, tempi intermedi, fotofinish, sistema di cronometraggio principale, sistema di cronometraggio di backup, elaborazione dati, compilazione delle liste di partenza e loro layout, compilazione delle classifiche e layout, XML e trasmissione dati alla FIS/FISI, trasmissione alla FIS del TDTR (**solo per le gare FIS**);
- i controlli di gara:
postazioni, controlli di tecnica, equipaggiamento, procedure e punzonatura degli sci (se applicata);
- la Giuria:
condizioni di lavoro, identificazione, comunicazioni;
- le cerimonie:
programma, assegnazione dei premi, protocollo;
- i media (se applicabile):
centro stampa, informazione ai media, conferenze stampa;
- la sicurezza:
sistema di accreditamento, identificazione, punti di accesso e controlli all'accesso;
- i trasporti e i parcheggi.

- 303.4.4 I compiti della Giuria sul sito di gara durante le competizioni riguardano ma non sono limitati a:
- essere presenti sul sito di gara ad un orario adeguato (di norma 2 ore prima della partenza del primo concorrente);
 - decidere se la competizione può iniziare secondo il programma (stadio e tracciato preparati, condizioni meteo, squadre presenti?);
 - decidere in merito a sostituzioni e iscrizioni in ritardo;
 - scegliere se spostare la zona di riscaldamento e la zona test sul tracciato;
 - decidere se ribattere la pista, riprogrammare gli apripista, utilizzare delle pattuglie se necessario;
 - decidere nel merito dell'utilizzo del sale in pista se necessario
 - informare le squadre in merito alle decisioni della Giuria;
 - monitorare lo svolgimento della competizione;
 - giudicare tutte le infrazioni segnalate, art. 207 incluso, e partenze in ritardo (se dovute a cause di forza maggiore);
 - giudicare i reclami validi;
 - documentare le decisioni della Giuria allegando le prove utilizzate, così da poterle utilizzare in caso di reclamo;
 - controllare il cronometraggio e i risultati, calcolare la penalità della gara, dichiarare le classifiche ufficiali;
 - controllare che i risultati siano pubblicati sul sito della FIS/FISI;
 - preparare il report del DT entro i tre giorni dopo la gara.

304 Rimborso Spese

304.1 Requisiti dell'organizzazione

304.1.1 I membri della Giuria delle gare FIS hanno diritto, durante l'incarico, al rimborso di tutte le spese di viaggio connesse con l'incarico (incluse, ma non limitate a voli aerei, spese di bagaglio, trasferimenti aeroportuali, visti, assicurazioni mediche, parcheggi aeroportuali e pedaggi autostradali), così come al pernottamento e ai pasti gratuiti. Questa regola è da applicare anche alle ispezioni concordate (treno, prima classe; per le lunghe distanze il volo, classe turistica; o rimborso chilometrico pari a 0,70 CHF o equivalenti). In più è corrisposta una diaria giornaliera pari a ~~120 netti a livello WC & WCS/100 CHF netti per le gare di altre livelle~~ per il giorno di viaggio in andata e per il giorno di viaggio di ritorno, così come durante i giorni dell'incarico, che include anche le spese postali per l'invio dei report. La doppia diaria (ad esempio viaggio di ritorno nello stesso giorno dell'ultima gara) non è permesso. Se durante il viaggio è necessario il pernottamento, questo deve essere giustificato e rimborsato separatamente.

Il massimo rimborso ottenibile per l'utilizzo dell'auto personale non può eccedere il costo equivalente di un biglietto aereo in classe turistica.

Gare FISI: vedi Agenda degli Sport Invernali

304.1.2 Il rimborso è applicato ai seguenti casi:

- per gli OWG, WSC e JWSC è applicato uno speciale regolamento;
- alle WC per il DT, l'Assistente del DT e il DT nazionale;
- per le altre competizioni internazionali per il DT e il DT nazionale.

304.1.3 Il diritto al rimborso si applica anche in caso di cancellazione o spostamento della competizione. La diaria si applica per i giorni effettivi di viaggio e lavoro. Devono

essere rimborsate anche le spese di viaggio, incluso il costo dei biglietti non rimborsabili e del cambio die biglietti,

305 La riunione dei Capisquadra

305.1 La procedura

305.1.1 Prima di ogni competizione deve essere svolta la riunione dei capisquadra. Essa dovrebbe essere tenuta un giorno prima della gara.

305.1.2 La data, l'orario e il luogo della riunione dei capisquadra devono essere pubblicati nel programma della gara (vedi art. 216). La Giuria decide quanti rappresentanti per squadra e quanti membri accreditati hanno il permesso di prendere parte alla riunione dei capisquadra.

305.1.3 Agli OWG, WSC, WC e JWSC la disposizione dei posti a sedere dei partecipanti deve essere assegnata.

305.1.4 Agli OWG, WSC, WC e JWSC la riunione dei capisquadra è tenuta in lingua inglese e anche nella lingua originale dell'organizzazione se necessario. Devono essere previste traduzioni supplementari.

305.1.5 La riunione dei capisquadra è condotta dal Direttore di Gara.

305.1.6 Alla riunione dei capisquadra la maggioranza dei membri votanti è sufficiente per proporre una mozione alla Giuria. Ogni squadra ha un solo voto.

305.1.7 Quando è necessario, la Giuria può decidere di interrompere la riunione al fine di prendere decisioni in merito alle proposte e successivamente rendere nota la decisione alla riunione (vedi art. 303.3.2).

305.2 Ordine del giorno

305.2.1 L'ordine del giorno deve essere distribuito alla riunione dei capisquadra. Esso è preparato dal Segreteria di gara in cooperazione con il Direttore di Gara e la Giuria.

305.2.2 A tutte le competizioni internazionali l'ordine del giorno di norma comprende i seguenti punti:

- appello;
- presentazione dei membri del CO;
- presentazione della Giuria, se necessario nomina della Giuria;
- previsioni meteo;
- controllo delle iscrizioni e raggruppamento deiconorrenti;
- sorteggio o definizione dell'ordine di partenza;
- descrizione dello stadio (accessi, punzonatura [se applicata], partenza, arrivo, zona cambio per la staffetta, spogliatoi, uscite, etc.);
- descrizione del tracciato (accessi, profilo altimetrico, posizionamento dei cronometraggi intermedi e dei rifornimenti, problemi di sicurezza, segnaletica, etc.)
- preparazione del tracciato;
- orario, ubicazione e regolamentazione delle procedure di test degli sci;
- orari e tracciati per l'allenamento;
- informazioni generali dal DT;
- informazioni generali dal Race Director;
- informazioni generali dagli organizzatori.

- 305.2.3 Deve essere redatto un verbale della riunione di giuria con tutti gli argomenti di discussione, le decisioni della Giuria e le mozioni.

B. Le competizioni dello Sci Nordico

310 I format di gara e i programmi

310.1 Tabella delle distanze e lunghezze dei tracciati

Tipologia di Gara	Lunghezza della gara (km)	Lunghezza del tracciato (km)
Gara con partenza a cronometro	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10, 15, 30, 50	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 8.3, 10, 12.5, 15, 16.7
Gara con partenza in linea	10, 15, 30, 50	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 8.3, 10, 12.5, 16.6
Gara con partenza in linea (lunghe distanze)	30, 50	I giri devono rispettare i requisiti di TC e MC previsti per la loro lunghezza
Gran Fondo	Nessuna limitazione	Nessuna limitazione
Skiathlon	5+5, 7.5+7.5, 10+10, 15+15	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Gara ad inseguimento (2 ^a parte)	5, 7.5, 10, 15	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Staffetta (squadre con 3 o 4 atleti, può includere sessi differenti)	2.5, 3.3, 5, 7.5, 10	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Sprint individuale	1 – 1.8	0.5 – 1.8
Team sprint	2x(3-6) x 1 – 1.8	0.5 – 1.8

Questa tabella è valida per l'organizzazione di gare su più giri ma quando si sceglie un tracciato breve con molti giri devono essere tenuti in considerazione: la distanza complessiva, la procedura di partenza e la larghezza della pista.

La sprint individuale e la team sprint possono essere svolte su uno o più giri.

310.2 Definizione delle Tecniche

- 310.2.1 La Giuria può vietare o obbligare l'uso di movimenti specifici in sezioni delimitate della pista. Tutte le infrazioni saranno riportate alla Giuria

Nelle gare FISI si applica con le seguenti indicazioni: all'interno della zona tecnica è fatto divieto di utilizzo di passi che prevedono l'appoggio contemporaneo dei bastoncini e nello specifico della scivolata spinta e del passo spinta. Nelle gare in tecnica classica, a esclusione delle gare di gran fondo, la giuria può decidere di inserire una o più zone tecniche. La zona tecnica deve essere individuata e segnalata durante l'allenamento ufficiale.

- 310.2.2 La tecnica classica

- 310.2.2.1 La tecnica classica comprende l'alternato, la scivolata spinta, la spina di pesce senza la fase di scivolamento-e le tecnica di giro.

- 310.2.2.2 Diagonal Stride [definizione ICR del passo alternato come gruppo di movimenti] prevede movimenti alternati di entrambe le braccia e le gambe e comprende il

passo alternato e la spina di pesce. Nello Diagonal Stride solo un bastoncino alla volta è a terra.

310.2.2.3 La tecnica di giro comprende passi con lo sci interno e spinte con lo sci esterno al fine di cambiare la direzione di scivolamento. Le sezioni di pista dove la tecnica di giro è consentita devono essere chiaramente delimitate.

304.2.1.5 La pattinata singola o doppia non è consentita.

310.2.3 La tecnica libera
La tecnica libera include tutte le tecniche di sciata dello Sci Nordico.

310.3 Il programma per i WSC, JWSC, WC e le competizioni FIS/FISI

310.3.1 OWG e WSC

310.3.1.1 Per le competizioni degli OWG e degli WSC, il programma è:

Gare a cronometro:	Uomini:	15 km C/F
	Donne:	10 km C/F
Gare in linea:	Uomini:	50 km C/F
	Donne:	30 km C/F
Skiathlon:	Uomini:	15 km C – 15 km F
	Donne:	7.5 km C – 7.5 km F
Staffette:	Uomini:	4 x 10 km C/F
	Donne	4 x 5 km C/F
Sprint individuali:	Uomini:	1.0 – 1.8 km C/F
	Donne:	1.0 – 1.8 km C/
Team Sprint:	Uomini	1.0 – 1.8 km C/F
	Donne	1.0 – 1.8 km C/F

NOTA: le tecniche (C/F) saranno alternate tra OWG e WSC nonché tra individuale e team sprint e tra le gare con partenza a cronometro e gare con partenza in linea.

La composizione del programma può cambiare a causa del fatto che ci sono più giorni di gara durante gli OWG che durante i WSC. La copertura televisiva sarà il fattore da tenere principalmente in considerazione.

La Skiathlon dovrà essere sempre disputata con la tecnica classica prima e successivamente quella libera.

La staffetta sarà composta da quattro frazioni, le prime due in alternato e le successive in tecnica libera.

310.3.1.2 Ai WSC una qualificazione sarà messa in programma per gli atleti che non hanno i requisiti previsti dall'iscrizione (vedi regolamento di Coppa del Mondo).

310.3.2 Coppa del Mondo

Il programma per la stagione della Coppa del Mondo è deciso, ogni anno, dalla FIS. Distanze e tecniche sono decise annualmente. Per essere in grado di supportare lo sviluppo dello Sci Nordico, devono fare parte del programma della Coppa del Mondo competizioni di prova. Possono essere incluse anche gare di gran fondo.

310.3.3 Campionati del Mondo Junior

Per i JWSC le competizioni, i formati e le distanze saranno

	Donne	Uomini
Partenza a cronometro	5 km F/C*	10 km F/C*
Mass start	15 km C/F*	15 km C/F*
Sprint	1 – 1,8 km C/F*	1 – 1,8 km C/F*
Staffetta	4 x 3,3 km C/F	4 x 5 km C/F

* la tecnica della partenza a cronometro e della Sprint si dovrà alternare ogni anno.

Sprint e Mass Start verranno fatte nella stessa tecnica.

310.3.4

Campionati del Mondo U23

	Donne	Uomini
Partenza a cronometro	10 km F*	15 km F*
Mass start	15 km C/F*	15 km C/F*
Sprint	1 – 1,8 km C/F*	1 – 1,8 km C/F*

* la tecnica della partenza a cronometro e della Sprint si dovrà alternare ogni anno.

Sprint e Mass Start verranno fatte nella stessa tecnica.

311

I tracciati di gara dello Sci Nordico

311.1

Caratteristiche fondamentali

311.1.1

I tracciati devono essere disegnati in modo tale da essere una prova tecnica, tattica e fisica per la qualificazione degli atleti. Il grado di difficoltà dovrebbe essere in relazione al livello della competizione. Il percorso deve essere il più naturale possibile ed evitare ogni tipo di monotonia e contenere porzioni di terreno ondulato, salite e discese.

Il ritmo non deve essere spezzato da troppi bruschi cambi di direzione e salite ripide. Le discese devono essere tracciate in modo tale da rappresentare una sfida per gli atleti. Allo stesso tempo dovrebbe essere possibile percorrere il tracciato anche ad alta velocità.

311.1.2

In linea di principio, le piste di Sci Nordico dovrebbero essere composte da:

- un terzo di ascese definite come salite con una pendenza tra il 9% (1:11) e il 18% (1:5.5) con dislivello oltre i 10 m più qualche salita corta con pendenza maggiore del 18%;
- un terzo di curve e terreno ondulato, sfruttando la conformazione del terreno con brevi salite e discese (con dislivello pari a 1-9 m);
- un terzo di varie discese, che richiedano l'impiego delle diverse tecniche di discesa.

311.1.3

Agli OWG, WSC, JWSC, WC e COC i tracciati di gara devono essere percorsi solo nella direzione stabilita nel certificato di omologazione.

311.1.4

Un'area di test dei materiali con i binari di prova per le squadre partecipanti dovrebbe essere preparata e ben segnalata lungo o vicino alla pista

311.1.5

La pista di riscaldamento deve essere il più vicina possibile allo stadio.

311.2 L'Omologazione

311.2.1 Tutte le competizioni FIS di Sci Nordico devono essere disputate su un tracciato omologato. Le eccezioni sono le gare di gran fondo, le gare di skiroll e i percorsi sostitutivi se approvati dal TD dalla Giuria. dettagli della procedura di omologazione sono descritti nel manuale FIS delle omologazioni per lo Sci Nordico.

311.2.2 Per le competizioni atte a promuovere lo Sci Nordico si possono utilizzare tracciati non omologati, a patto che siano approvati dalla Sottocommissione per le Regole e il Controllo della FIS.

Gare FISI: vedi Agenda degli Sport Invernali

311.2.3 L'organizzatore deve fornire copia delle mappe del tracciato di gara e del certificato di omologazione al DT. La scala e il nord devono sempre essere riportati sulle mappe.

311.2.4 Definizioni

311.2.4.1 HD (dislivello) è la differenza tra il punto più basso e il punto più alto del circuito

311.2.4.2 MC (massimo dislivello) è la salita con il maggior dislivello parziale (PTC), in altri termini la salita più difficile. La salita può essere interrotta con un tratto di terreno misto non più lungo di 150 m o una discesa non più lunga di 10 m.

311.2.4.3 TC (dislivello totale) rappresenta il totale di tutte i dislivelli del tracciato.

311.2.5 Norme FIS per i tracciati di Sci Nordico.

HD, TC e MC dei circuiti omologati devono rientrare nei seguenti limiti:

Lunghezza (giro)	HD	MC (in PTC m)	TC
Sprint F	max. 50m	0 – 30 m	0 – 60 m
Sprint C	max. 50m	15 – 40 m	20 – 60 m
2.5 km	max. 50m	25 – 50 m	75 – 105 m
3.3 km	max. 65m	25 – 65 m	100 – 140 m
3.75 km	max. 80m	30 – 80 m	110 – 160 m
5 km	max. 100m	30 – 80 m	150 – 210 m
7.5 km	max. 125m	30 – 80 m	200 – 300 m
8.3 km	max. 125m	30 – 80 m	210 – 330 m
10 km	max. 125m	30 – 80 m	250 – 420 m

Giri più lunghi dovrebbero seguire lo stesso principio

311.2.6 La larghezza del tracciato di gara secondo la categoria dell'omologazione

Le ampiezze dei tracciati per le diverse competizioni devono seguire la tabella sottostante

Categoria	Larghezza minima del tracciato			Utilizzato per
	Salita	Terreno misto	Discesa	
A	3 m	3 m	3 m	Gara con partenza a cronometro C
B	4 m	4 m	4 m	Gara con partenza a cronometro F Relay C

Categoria	Larghezza minima del tracciato			Utilizzato per
	Salita	Terreno misto	Discesa	
C	6 m	6 m	6 m	Gara con partenza in linea C Skiathlon – parte C Gara con partenza ad inseguimento C Staffetta F Sprint C Team sprint C
D	9 m	7,5 m	6 m	Gara con partenza in linea F Skiathlon – parte F Gara con partenza ad inseguimento F Sprint F Team sprint F
E	12 m	9 m	6 m	Skiathlon (quando entrambe le tecniche vengono usate sullo stesso percorso)

311.2.6.1 è possibile utilizzare una categoria di omologazione inferiore a gare di COC o FIS a patto che siano approvate dal DT. Devono essere presi in considerazione il numero e il livello dei concorrenti.

311.2.7 Agli OWG, WSC, JWSC e WC il punto più alto della pista non potrebbe superare i 1800 m.

311.2.8 Per le piste di COC sopra i 1800 m i requisiti di MC e TC nella tabella 311.2.5 possono essere ridotti del 20%.

311.2.9 Agli OWG, WSC, JWSC/U23 e WC, la lunghezza minima del giro per la gare con partenza a cronometro di 10 km o più dovrebbe essere di 5 km

311.3 Preparazione del tracciato

311.3.1 Preparazione prima dell'inizio della stagione

Il tracciato deve essere preparato prima dell'inizio dell'inverno, in modo tale che si possa gareggiare anche con scarse condizioni d'innevamento. Pietre, sassi, radici, rami, erbusti e ostacoli simili dovrebbero essere rimossi. Le zone del tracciato con problemi di drenaggio dovrebbe essere sistamate. La preparazione estiva del tracciato dovrebbe permettere lo svolgimento della manifestazione con approssimativamente 30 cm di neve. Si deve porre particolare attenzione ai tratti di discesa e alla necessità di ammucchiare neve nelle curve.

311.3.2 Preparazione generale per la gara

311.3.2.1 Il tracciato deve essere completamente preparato con mezzi meccanici. Se vengono utilizzati mezzi pesanti, si deve fare attenzione a conservare il più possibile la configurazione naturale del terreno al fine di preservare il profilo originale.

311.3.2.2 Il tracciato deve essere preparato sulla base delle larghezze raccomandate dal manuale di Omologazione e dal formato di gara. (vedi parte C). Il tracciato deve essere preparato in modo tale che gli atleti possano sciare e transitare senza ostacolarsi. Sui pendii, dove transita la pista, essa deve essere abbastanza ampia da poter essere preparata ottimamente.

- 311.3.2.3 Il percorso di gara e la pista di riscaldamento devono essere completamente allestiti prima dell'allenamento ufficiale, correttamente segnalati e con le indicazioni relative ai km.
- 311.3.2.4 Devono essere garantite durante la gara le stesse condizioni per ogni concorrente. Se nevica o è presente un forte vento, deve essere disponibile e utilizzato un numero sufficiente di apripista qualificati e/o pattuglie specificatamente equipaggiate al fine di mantenere costanti le condizioni del tracciato. Un piano di azione deve essere preparato in accordo con la Giuria.
- 311.3.2.5 L'utilizzo di prodotti artificiali atti a mantenere la scorrevolezza della neve è vietato. In casi particolari è consentito l'utilizzo di prodotti chimici per prevenire lo scioglimento della neve.
- 311.3.3** Preparazione per la tecnica Classica
- 311.3.3.1 Il numero dei binari sarà deciso dalla Giuria in relazione alla lunghezza, alla larghezza, al profilo del tracciato, al formato di gara e al numero di concorrenti (vedi parte C).
- 311.3.3.2 I binari dovrebbero essere generalmente posizionati lungo la linea ideale del tracciato di gara. Il binario di norma è posizionato al centro tranne che nelle curve.
- 311.3.3.3 In curva si dovrebbe mettere un binario solo quando è possibile sciare al suo interno senza difficoltà. Dove la curva è troppo stretta e la velocità è troppo elevata per rimanere nelle tracce, il binario deve essere rimosso. In curva il binario deve essere posizionata vicina alla delimitazione del tracciato in modo tale da non lasciare spazio disponibile per sciare tra il binario e la fine della pista.
- 311.3.3.4 La preparazione del tracciato deve essere effettuata tenendo in considerazione i migliori atleti e la massima velocità raggiungibile.
- 311.3.3.5 Le tracce devono essere preparate in modo tale che sia possibile il controllo e la scivolata dello sci senza che si abbia un effetto di frenatura laterale da ogni parte dell'attacco. Le due tracce dovrebbero essere poste a 17-30 cm l'una dall'altra, misurando la distanza da centro a centro. La profondità delle tracce può variare dai 2 ai 5 cm, anche in condizioni di neve ghiacciata.
- 311.3.3.6 Dove sono usati due o più binari la distanza tra loro deve essere di minimo 1,20 m, misurati dai rispettivi centri.
- 311.3.4** Preparazione per la tecnica libera
- 311.3.4.1 La pista deve essere battuta in tutta la sua larghezza. La larghezza del tracciato deve essere adatta al formato della gara (vedi parte C).
- 311.3.4.2 La giuria deve decidere dove e come posizionare i binari nelle discese.
- 311.4** **Segnaletica del tracciato**
- 311.4.1 La segnaletica del percorso deve essere abbastanza chiara da far sì che il concorrente non abbia dubbi durante la gara. Segnaletica rigida e segnaletica commerciale dovrebbe essere posizionata solo a lato della pista.
- 311.4.2 Deve essere segnalata lungo il percorso la distanza progressiva compiuta.
- 311.4.3 Diramazioni e intersezioni del tracciato devono essere chiaramente indicati con segnali visibili; barriere e V-boards devono essere posizionati a chiusura delle parti inutilizzate del tracciato.

311.5	Postazioni di ristoro
311.5.1	Il CO deve provvedere ad almeno una stazione di ristoro (nell'area d'arrivo).
311.5.2	La Giuria decide la posizione e le limitazioni alle zone di rifornimento lungo il percorso di gara.
311.7	Allenamenti e ricognizione del tracciato
311.7.1	Gli atleti e le squadre dovrebbero avere la possibilità di ispezionare il tracciato nelle condizioni di gara. Quando possibile il tracciato dovrebbe essere aperto due giorni prima della gara. La Giuria può chiudere il tracciato o limitarne l'uso in certe parti o in certi orari.
312	Lo stadio del fondo
312.1	Zona stadio
312.1.1	Lo stadio del fondo deve essere preparato in maniera tale che la zona di partenza e di arrivo siano ben definite.
312.1.2	La preparazione dello stadio deve essere tale da fornire un settore diviso e controllabile anche con l'ausilio di cancelli, recinzioni e zone segnalate. Lo stadio deve essere preparato in maniera tale da consentire che: <ul style="list-style-type: none"> - gli atleti possano transitare ripetutamente, - gli atleti, i membri delle squadre, i media, i membri del comitato organizzatore e gli spettatori possano raggiungere le rispettive aree facilmente, - ci sia sufficiente spazio per gestire tutti i formati di gara.
312.2	Zona di partenza
312.2.1	La zona di partenza consiste nei primi 50 metri. Questa zona può essere suddivisa in corsie e possono essere tracciati binari. Il numero, la larghezza e la lunghezza delle corsie saranno determinati dalla Giuria secondo quanto previsto dal formato di gara (vedi parte C) e in base al layout dello stadio.
312.2.2	Le posizioni di partenza saranno stabilite secondo quanto previsto dal formato di gara (vedi parte C).
312.3	Zona di arrivo
312.3.1	La zona di arrivo consiste negli ultimi 50/100 metri di rettilineo. Questa zona è di norma suddivisa in corsie. Le corsie devono essere delimitate in maniera nitida e chiaramente visibili, ma la delimitazione non deve interferire con gli sci. Il numero, la larghezza e la lunghezza delle corsie saranno determinati dalla Giuria secondo quanto previsto dal formato di gara (vedi parte C) e in base al layout dello stadio.
312.3.2	La linea di arrivo deve essere chiaramente marcata con una linea colorata. La larghezza massima della linea di arrivo è 10 cm.
312.4	Zona cambio
312.4.1	Nelle gare a squadra, la zona cambio deve essere sufficientemente larga e sufficientemente lunga, chiaramente marcata e posizionata in un tratto dello stadio pianeggiante o leggermente in salita.
312.4.2	Le dimensioni (lunghezza e larghezza) devono essere adattate ai formati delle competizioni (vedi anche parte C) e allo spazio disponibile nello stadio.
312.5	Pit box

312.5.1 Quando è ammesso il cambio degli sci, l'area dedicata ai pit box deve essere disegnata in maniera tale che ogni atleta abbia un box dedicato marcato con il suo numero di pettorale ed è provvista di un'uscita che minimizzi le possibilità di avere interferenze. Deve essere predisposto un corridoio di passaggio che consenta che gli atleti che non entrano nei pit box abbiano la via più corta per oltrepassare la zona cambio.

312.6 Condizioni di lavoro

312.6.1 Funzionari di gara, membri di Giuria, allenatori, media e persone dello staff devono avere appropriate posizioni di lavoro in zona stadio in maniera tale da poter lavorare senza interferire con le fasi di partenza e arrivo. L'accesso di queste persone allo stadio deve essere controllato.

312.6.2 Cronometraggio ed elaborazione dati devono essere situati in una struttura con una buona vista sulla partenza e sul traguardo.

312.6.3 Nelle gare OWG, WSC, JWSC, WC e COC, ci deve essere un ufficio con una buona vista sullo stadio e nelle sue immediate vicinanze per i membri della FIS/FISI e della Giuria.

312.6.4 Ci deve essere una stanza riscaldata adibita a studio medico vicina allo stadio.

312.7 Strutture aggiuntive

312.7.1 Nelle gare OWG, WSC, JWSC e WC nelle immediate vicinanze dello stadio ci devono essere un'area di preparazione per le squadre con le cabine di sciolinatura delimitata (tramite recinzioni o controlli manuali) e uno spazio riservato ai truck. Le cabine devono essere riscaldate e ben ventilate per mezzo di ventilatori che forzino il ricambio d'aria. Nelle gare OWG, WSC, JWSC e WC possono essere applicate ulteriori regole.

312.7.2 Nei pressi dello stadio devono essere predisposti servizi igienici e spogliatoi per gli atleti. Devono essere facilmente reggibili dalla zona di partenza.

312.8 Strutture adibite alle informazioni correnti

312.8.1 Vicino alle cabine di sciolinatura e allo stadio ci deve essere un tabellone con i risultati, le informazioni importanti provenienti dal CO e dalla Giuria, la temperatura dell'aria e della neve. Devono essere rese note le temperature dei seguenti orari: due ore prima della partenza, un'ora prima della partenza, mezz'ora prima della partenza, ora di partenza, mezz'ora dopo la partenza, un'ora dopo la partenza.

312.8.2 La misurazione della temperatura deve essere effettuata in zona stadio e nei punti (più basso, più alto) dove ci si aspetta di registrare le temperature massima e minima.

312.8.3 Devono essere utilizzati altoparlanti per annunciare la gara e le informazioni più importanti.

312.8.4 Deve essere utilizzata la lingua inglese per consentire la comprensione agli atleti, agli allenatori e agli spettatori internazionali.

313 Iscrizioni ufficiali per gli organizzatori

313.1 Procedura

- 313.1.1 I moduli d'iscrizione ufficiali devono essere inviati in forma elettronica o cartacea a cura degli organizzatori a tutte le nazioni competenti. Ci può essere anche una procedura di iscrizione online.
- 313.1.2 Come minimo devono essere richieste le informazioni previste dal modello di iscrizione ufficiale della FIS/FISI.
- 313.1.3 Nelle gare WC le procedure di iscrizione devono essere determinate dalla Commissione FIS per lo Sci Nordico.
- 313.2 Ricezione delle iscrizioni ufficiali in specifiche competizioni**
- 313.2.1 Le iscrizioni ufficiali e le informazioni relative ai gruppi (quando richieste) devono essere ricevute e controllate dal Segretario di gara almeno due ore prima della riunione dei capisquadra.
- 313.2.2 Se l'ordine di partenza è determinato in base ai gruppi, il Segretario di gara utilizza l'ordine delle iscrizioni inoltrate per assegnare gli atleti ai rispettivi gruppi a meno che non siano state fornite altre specifiche indicazioni.
- 313.2.3 Quando l'ordine di partenza è determinato sulla base dei punti FIS/FISI il Segretario di gara compila i punteggi di ciascun atleta presente nella lista punti in vigore.
- 313.3 Iscrizioni in ritardo**
- 313.3.1 Le iscrizioni pervenute in ritardo possono essere ammesse dalla Giuria prima del sorteggio.
- 313.3.2 Dopo il sorteggio non sono ammesse iscrizioni pervenute in ritardo.
- 313.4 Sostituzione**
- 313.4.1 Dopo il sorteggio un atleta può essere sostituito solo se non può partire per causa di forza maggiore (infortunio, malattia, etc.) e se la Giuria consente la sostituzione. La causa deve essere certificata da un medico e comunicata alla Giuria almeno 2 ore prima della partenza.
- 313.4.2 In caso di incidente durante il riscaldamento la Giuria può consentire una sostituzione fino alla partenza della gara, sempre che l'incidente sia riportato e certificato dal medico o dal servizio medico del CO.
- 313.4.3 Se l'atleta ritirato era stato selezionato per il controllo antidoping, il test deve essere effettuato sia sull'atleta ritirato sia sul sostituto. Se l'atleta ritirato risulta positivo, non è ammesso alcun sostituto.
- 313.4.4 La posizione di partenza del sostituto è determinata secondo quanto previsto dalla parte C "Format delle competizioni"
- 313.4.5 I nomi degli atleti che sono nell'ordine di partenza e non possono partire a causa di malanni o per altre ragioni, devono essere comunicati dai responsabili delle squadre al Segretario di gara almeno 30 minuti prima della partenza. Se uno di questi atleti è stato selezionato per il controllo antidoping, vi si deve sottoporre.
- 313.5 Gruppi**
- 313.5.1 Se per determinare l'ordine di partenza si utilizzano i gruppi, i responsabili delle squadre devono distribuire regolarmente i loro atleti nei gruppi. Questa operazione deve effettuarsi almeno 2 ore prima del sorteggio. Se una nazione iscrive più atleti rispetto ai gruppi disponibili, questi devono essere distribuiti fra i gruppi,

uno per gruppo, a discrezione del responsabile della squadra. Questa regola vale anche per le squadre con meno atleti rispetto ai gruppi disponibili.

Esempio:

Squadre:	Gruppi:			
	I	II	III	IV
Squadra A	8 iscrizioni	2	2	2
Squadra B	6 iscrizioni	1	2	1
Squadra C	3 iscrizioni	1	-	1

- 313.5.2 Con un numero di atleti uguale o inferiore a 20 si usano i gruppi I e II; da 21 a 40 atleti si usano i gruppi I, II e III; con più di 40 atleti si usano 4 gruppi.

314 Ordine di partenza

314.1 Principi

- 314.1.1 L'ordine di partenza può essere creato con un sorteggio, utilizzando i punti, una classifica generale di coppa, la classifica generale di un evento a tappe, un sistema di qualificazione o altri metodi.

314.2 Sorteggio

- 314.2.1 Sono ammessi sistemi di sorteggio manuali o computerizzati.

- 314.2.2 Il sorteggio è effettuato tramite un doppio sistema di selezione casuale.

- 314.2.3 Se sono utilizzati i gruppi i numeri di partenza sono sorteggiati all'interno di ciascun gruppo. Il normale ordine di partenza dei gruppi è I, II, III e IV. I gruppi di atleti non possono cambiare durante il sorteggio.

- 314.2.4 Se una gara deve essere posticipata ad altra data, il sorteggio deve essere ripetuto (vedi art. 217.6).

- 314.2.5 È possibile effettuare il sorteggio prima della riunione dei capisquadra sotto la supervisione della Giuria.

314.3 Sorteggio manuale

- 314.3.1 In questa maniera ogni atleta riceve un numero di partenza in base al numero di atleti presenti nel suo gruppo (per esempio: con 23 atleti nel gruppo, l'atleta riceve un numero di partenza da 1 a 23). Nella prima selezione casuale è estratto un numero da 1 a 23. Contemporaneamente è sorteggiato un numero di partenza fra quelli che sono stati assegnati a quel gruppo (per esempio: i 23 atleti del gruppo II gareggeranno con i pettorali dal 45 al 67). Questo numero è il numero di partenza dell'atleta selezionato nella prima estrazione. Per entrambe le selezioni vengono solitamente estratte a mano delle palline contenenti i numeri necessari da una scatola chiusa o da un contenitore. Dopo aver estratto le due palline la targhetta dell'atleta viene posizionata dal tabellone contenente i gruppi a quello con l'ordine di partenza.

314.4 Sorteggio computerizzato

- 314.4.1 Le procedure di sorteggio computerizzato devono essere visionate da un membro della Giuria che in questo modo convalida il processo di estrazione.

- 314.4.2 Con questo metodo i nomi e i gruppi di atleti sono inseriti nel computer. Il programma mostra almeno quattro fasi del processo di estrazione sul monitor.

1. Sul monitor appare la lista degli atleti iscritti e la loro sequenza numerica all'interno del gruppo.
2. Il computer seleziona in maniera casuale il nome di un atleta e lo mostra sul monitor.
3. Il computer seleziona in maniera casuale un numero di partenza da assegnare a questo atleta. Quindi il numero di partenza e il nome dell'atleta appaiono sul monitor.
4. Alla fine il monitor mostra l'ordine di partenza con gli atleti provvisti del rispettivo numero di partenza.

314.5

Determinare l'ordine di partenza usando i punti

314.5.1

L'ordine di partenza può essere determinato in base ai punti FIS/FISI; lista punti generale, lista punti distance e lista punti sprint.

314.5.2

Fare riferimento alle regole e alle linee guida relative ai punti FIS/FISI per determinare liste valide.

314.6

Gruppo di testa (gruppo rosso)

314.6.1

Il gruppo di testa è un'eccezione ed è composta dai migliori atleti iscritti a una gara. Il gruppo di testa può essere determinato in base ai punti FIS, alla classifica generale provvisoria di coppa o alla classifica generale di un evento a tappe.

314.6.2

Tutti gli atleti che hanno diritto ad essere nel gruppo di testa devono partire nel gruppo di testa.

314.6.3

La partenza del gruppo di testa è determinata per ciascun format di gara dalla Giuria secondo quanto previsto dalle rispettive specifiche regole. Come principio il gruppo di testa deve partire nella posizione più vantaggiosa.

314.7

Pettorali (numeri di partenza)

314.7.1

Design

I pettorali devono essere leggibili da dietro e dal davanti. Non devono in alcun modo intralciare l'atleta. La taglia, la forma e la modalità di allacciamento non possono essere cambiate. È responsabilità degli organizzatori provvedere pettorali pratici. I pettorali usati nelle gare sprint e in quelle con partenza ad inseguimento o in linea dovrebbero anche avere i numeri su entrambi i lati sotto le braccia; è possibile adottare questa accorgimento anche negli altri format di gara.

314.7.2

Numeri cosciali/gambali

314.7.2.1

Nelle gare mass start, skiathlon, pursuit e sprint è necessario applicare il numero di partenza sulla gamba dell'atleta che è più vicina alla telecamera posta sulla linea del traguardo.

314.7.2.2

Nelle gare di staffetta e team sprint è necessario applicare il numero di partenza sulla gamba dell'ultimo atleta che è più vicina alla telecamera posta sulla linea del traguardo.

314.8

Ordine di partenza

314.8.1

L'ordine di partenza deve contenere l'ordine di partenza dei concorrenti, il numero di pettorale, l'anno di nascita, i punti FIS, il/i tempo/tempi di partenza, i dettagli tecnici della pista (lunghezza, HD, MC, TC) numero delle nazioni partecipanti e composizione della Giuria.

- 315 Procedure di partenza**
- 315.1 Tipi di start**
- 315.1.1 per le gare inserite nel calendario internazionale saranno usate partenza a cronometro, partenza in linea, partenza ad inseguimento e batterie.
- 315.2 Partenza a cronometro (interval start)**
- 315.2.1 per la partenza a cronometro si utilizzano normalmente intervalli di 30 secondi e di 15 secondi nelle qualificazioni delle gare sprint. La Giuria può approvare intervalli più brevi o più lunghi.
- 315.2.2 Il comando di partenza consiste in un conto alla rovescia che parte 5 secondi prima dell'orario di partenza (5-4-3-2-1) e in un segnale di start (GO!). Il comando può essere dato verbalmente o con un segnale audio.
- 315.2.3 L'atleta deve mantenere i piedi dietro la linea di partenza. I bastoncini devono essere posizionati di fronte alla linea di partenza/cancelletto di partenza.
- 315.2.4 L'atleta può partire nell'intervallo di tempo che va dai tre secondi prima ai tre secondi dopo il segnale di start. Se parte prima dei tre secondi prima del segnale di start è una falsa partenza. Se parte dopo i tre secondi dopo il segnale di start parte in ritardo e conterà il suo orario di partenza nell'ordine di partenza.
- 315.2.5 Un atleta che parte in ritardo non deve interferire con la partenza degli altri.
- 315.2.6 Con entrambi i cronometraggi elettronico e manuale, l'orario effettivo di partenza dell'atleta deve essere annotato per consentire alla Giuria di prendere una decisione quando la partenza in ritardo è imputabile a cause di forza maggiore.
- 315.2.7 Esempio di un ordine di partenza:
<http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/2228/2017CC2228SL.pdf>
- 315.3 Partenza in linea (mass start)**
- 315.3.1 La partenza in linea si può effettuare usando una linea di partenza angolata a forma di freccia. Questo significa che l'atleta che parte con il numero 1 ha la posizione più favorevole seguito dal numero 2 etc. Ogni atleta deve essere separato dagli altri da una determinata distanza.

Il numero 1 si trova in posizione centrale; i numeri pari sono posizionati nella parte destra e i numeri dispari nella parte sinistra della freccia. La marcatura della numerazione deve essere posizionata sul lato destro o nel mezzo della traccia.
- 315.3.2 La giuria decide se tracciare o meno i binari in partenza
- 315.3.3 Le procedure di partenza della mass start iniziano due minuti prima del segnale di start. Da questo momento tutti gli atleti schierati lungo la loro linea di partenza riceveranno istruzioni sulla partenza. Queste istruzioni devono terminare con il comando rivolto agli atleti di stare nelle loro posizioni di partenza e con un avvertimento **“un minuto alla partenza”**. Seguirà il comando **“30 secondi alla partenza”**. Quando tutti gli atleti sono immobili il successivo suono che si udirà sarà **il comando o il segnale di start**.
- 315.3.4 Se sono stati predisposti i binari gli atleti possono usare solo la tecnica classica e non possono lasciare il binario loro assegnato fino alla fine delle corsie segnalate nei primi 15/50 metri dopo la linea di partenza
- 315.3.5 Esempio di un ordine di partenza:
<http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/2228/2017CC2228SL.pdf>

315.4

Partenza ad inseguimento (pursuit)

315.4.1

L'ordine e gli intervalli di partenza sono stabiliti in relazione ad una prima gara o ad una classifica generale provvisoria di una gara a tappe. Per stabilire l'ordine di partenza i decimi di secondo saranno cancellati.

Posizione	Cognome/Nome	Nazione	T. Finale
1	SVENSSON, Lars	SWE	25:12.9
2	ARKJANOW, Nikolai	RUS	25:14.2
3	KRECEK, Jan	CZE	25:21.7

L'ordine di partenza deve essere preparato come nel seguente esempio:

Pettorale	Cognome/Nome	Nazione	T. Partenza
1	SVENSSON, Lars	SWE	0:00
2	ARKJANOW, Nikolai	RUS	0:02
3	KRECEK, Jan	CZE	0:09

315.4.2

Per evitare doppiaggi e competizioni troppo lunghe la Giuria può consentire che gli ultimi atleti partano in massa o in batterie. La Giuria può anche ridurre il numero dei partenti.

315.4.3

La partenza ad inseguimento si realizza senza l'ausilio di cancelletti di partenza. Una video camera deve essere usata per registrare tutta la fase di partenza in maniera tale da consentire alla Giuria di rivederla.

315.4.4

Per garantire una partenza precisa un ampio orologio a display ad ogni postazione di partenza deve mostrare il numero di pettorale e l'orario di partenza di tutti i partenti da quella postazione. La partenza deve essere preparata in maniera tale da consentire che due o più atleti possano partire fianco a fianco.

315.4.5

Gli atleti non possono cambiare corsia all'interno della zona riservata alle corsie segnalate dopo la linea di partenza

315.4.6

Esempio di un ordine di partenza:

<http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/3033/2017CC3033SL.pdf>.

315.5

Batterie

315.5.1

La zona di partenza è preparata con una linea di partenza e con una linea che precede questa di 1 metro (pre-start).

315.5.2

Possono essere usati cancelletti elettronici o manuali se approvati dalla Giuria.

315.5.2.1

L'uso di cancelletti elettronici è obbligatorio nelle gare OWG, WSC, WC, U23 WSC e JWSC.

315.5.3

Gli atleti sono disposti lungo la linea che precede la linea di partenza dove vengono impartiti i comandi e iniziano le corsie di partenza. Lo starter darà il comando: "**Prendete posizione**" e gli atleti avanzano sino alla linea di partenza dove devono mettere i loro bastoncini dietro la linea di partenza e/o il cancelletto. Quando tutti gli atleti sono alla linea di partenza lo starter darà il comando: "**Set**" e gli atleti devono rimanere immobili fino a quando lo starter dà il **segnale di start**.

315.5.4

Le partenze che non si servono di cancelletti seguono le medesime procedure stabilite sopra.

- 315.5.5 Gli atleti devono usare la tecnica classica e non possono cambiare il binario loro assegnato all'interno delle corsie segnalate nei primi 10/15 metri dopo la linea di partenza
- 315.5.6 Esempio di un ordine di partenza:
<http://medias3.fis-ski.com/pdf/2017/CC/2221/2017CC2221SL.pdf>
- 315.6 Doveri degli addetti alla partenza**
- 315.6.1 Gli addetti alla partenza devono consentire a tutti gli atleti di partire nel momento giusto. Vicino allo starter ci deve essere un assistente responsabile di registrare i dettagli di qualunque violazione in sede di partenza.
- 315.7 Conseguenze della falsa partenza**
- 315.7.1 Nelle gare con procedure di partenza a cronometro o handicap un atleta che commette falsa partenza non viene richiamato sulla linea di partenza. Le infrazioni di falsa partenza devono essere riportate alla Giuria.
- 315.7. In tutte le gare con procedure di partenza in linea o batterie ogni falsa partenza porta ad una nuova partenza della gara. Lo starter o il cancelletto di partenza devono dare un segnale di falsa partenza. Deve esserci un assistente posizionato ad una certa distanza dallo start che possa rimandare indietro gli atleti.
- 315.8 Punzonatura degli sci**
- 315.8.1 La punzonatura non viene effettuata tranne se richiesta in precedenza dalla regolamentazione sanzionatoria della gara. Per effettuare il controllo entrambi gli sci sono punzonati immediatamente prima della partenza. L'atleta deve recarsi in zona punzonatura di persona a tempo debito e indosando il pettorale.
- 315.9 Temperatura**
- Se la temperatura misurata nel punto più freddo del tracciato è inferiore ai -20° C la gara viene posticipata o annullata dalla Giuria. Con condizioni meteorologiche difficili (per esempio: vento forte, alta umidità dell'aria, nevicata copiosa o alte temperature) in accordo con i capisquadra delle squadre partecipanti e con il medico responsabile della gara la Giuria può posticipare o annullare la gara.
- Gare FISI: vedi anche Agenda degli Sport invernali 4.2.8**
- 316 Cronometraggio**
- 316.1 In tutte le gare inserite nel calendario FIS/FISI deve essere utilizzato il cronometraggio elettronico. Questo è sempre integrato da un cronometraggio manuale che funge da sistema di backup e viene effettuato un controllo incrociato dei risultati.
- 316.2 Se il cronometraggio elettronico fallisce viene utilizzato il cronometraggio manuale correggendo la differenza media di tempo che si genera tra i due sistemi di cronometraggio. Se durante una gara il sistema di cronometraggio elettronico fallisce frequentemente o continuamente viene utilizzato il sistema di cronometraggio manuale per tutti gli atleti. Quando si utilizza quest'ultimo deve essere preso in considerazione il tempo di partenza reale.
- 316.3 Quando si utilizza il cronometraggio manuale il tempo viene fermato quando il primo piede dell'atleta supera la linea d'arrivo.
- 316.4 Cronometraggio elettronico

- 316.4.1 Per stabilire i tempi ufficiali di gara possono essere utilizzate le seguenti tecnologie di cronometraggio elettronico:
- Cronometraggio elettronico basato sulle fotocellule. Il dispositivo di rilevazione deve essere posizionato in maniera tale che il punto di misurazione sia a 25 cm di altezza rispetto al manto nevoso.
 - Fotofinish. Il punto di misurazione è la punta della prima scarpa che tocca la linea di arrivo.
- 316.4.2 Cronometraggio con transponder:
I transponder (attivi) possono essere usati come sistema di supporto al sistema di cronometraggio ufficiale per determinare i tempi di gara e l'ordine di arrivo ai traguardi intermedi e all'arrivo (risultati ufficiosi).
I risultati ufficiali devono essere confermati usando i sistemi di cronometraggio elettronico previsti dagli artt. 316.4.1.
- 316.5 Quando gli atleti cadono sulla linea del traguardo, se il loro corpo supera interamente questa linea senza alcuna aiuto esterno, il loro tempo è calcolato in base agli artt. 316.3 e 316.4.
- 316.6 Per il calcolo dei risultati i tempi di partenza e arrivo sono registrati almeno con la precisione del centesimo di secondo (0.01). Il calcolo del tempo netto di ciascun atleta è calcolato sottraendo al tempo di arrivo registrato il tempo di partenza registrato. Il tempo finale di ogni atleta è determinato con la precisione del decimo di secondo (0.1) troncando il tempo netto calcolato. Per esempio, 38:24.38 diventa 38:24.3.
- 316.7 Nelle gare OWG, WSC, JWSC e WC, devono essere utilizzato il fotofinish.
- 316.8 Il responsabile dell'arrivo deve tenere una lista con l'ordine cronologico degli atleti che hanno tagliato il traguardo. Darà questa lista al responsabile dei cronometristi.
- 316.9 Un referto del cronometraggio elettronico deve essere trasmesso alla FIS (**solo per la gare FIS**)
- 317 Risultati
- 317.1 Calcolo dei risultati**
- 317.1.1 I risultati sono calcolati sottraendo il tempo di partenza da quello di arrivo. In una gara a tappe si sommano tempo reale, bonus e penalità di tempo di ciascuna delle tappe.
- 317.1.2 I risultati finali di una gara e tappe (stage event) sono calcolati sommando:
- i tempi effettivi di ciascuna tappa (eccetto la tappa conclusiva) con i decimi di secondo troncati. Nelle gare sprint si utilizzano i tempi delle qualificazioni;
 - i tempi effettivi della tappa conclusiva con i decimi di secondo;
 - eventuali secondi di abbuono e penalità di tempo.
- 317.1.2.1 Parimeriti nei risultati finali di una gara a tappe (stage event):**
In caso di parimerito nella classifica generale di una gara a tappe dopo una delle tappe (eccetto la tappa conclusiva) il concorrente è posizionato in base al numero delle vittorie e poi degli altri migliori risultati (esempio: più secondi posti, più terzi posti,...)
- In caso di parimerito nella classifica generale dopo la tappa conclusiva i concorrenti sono posizionati:

- pursuit o mass start: in base all'ordine di arrivo. Se il parimerito rimane, avranno la stessa posizione
- Individuale a cronometro: avranno la stessa posizione

317.1.3

L'ordine di arrivo degli atleti coinvolti in un fotofinish si stabilisce in base all'ordine con il quale la punta del loro primo piede ha attraversato il piano verticale della linea di arrivo.

317.2

Pubblicazione dei risultati

317.2.1

Al termine della gara i risultati ufficiosi vanno affissi sul tabellone ufficiale il prima possibile e devono riportare l'orario della loro pubblicazione.

317.2.2

Le classifiche ufficiali devono riportare l'ordine finale degli atleti, i codici FIS/FISI, i numeri di pettorale, i tempi, i tempi intermedi e i punti gara. La tecnica di gara, il numero degli atleti in gara, i nomi degli atleti partiti ma non arrivati, ogni eventuale sanzione scritta, i dettagli tecnici del percorso: lunghezza, HD, MC, TC, le condizioni meteorologiche, le informazioni relative alle temperature, il numero dei concorrenti (iscritti, classificati, non partiti, non arrivati), il numero delle nazioni partecipanti e la composizione della Giuria.

Si trovano esempi sul sito della FIS/FISI dedicato allo sci di fondo e attraverso la segreteria nordica della FIS/FISI.

317.2.3

Negli stati che non utilizzano l'alfabeto latino le informazioni e i risultati devono essere forniti anche in caratteri latini.

317.2.4

Il segretario di gara e il DT firmano le classifiche ufficiali e certificano la loro correttezza.

317.2.5

Tutti i risultati ufficiali devono anche essere trasmessi elettronicamente alla FIS in formato XML **(per le gare FISI vedi Agenda degli Sport Invernali)**

C. Format di gara

321

Gare con partenza a cronometro

321.1

Definizione

Nelle gare con partenza a cronometro ogni atleta parte all'orario prestabilito e il risultato finale è determinato dalla differenza tra il tempo registrato in arrivo e quello di partenza.

321.2

Pista e stadio

321.2.1

Norme raccomandate

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		
Categoria	A	B
Binari	1 o 2 binari lungo la linea ideale	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	1 corsia	1 corsia

Binari	1	No
Lunghezza dei binari (dopo la partenza)	Fine zona partenza	/
Distanza tra i binari	/	
ARRIVO		
Larghezza (minima)	4 metri	9 metri
Numero di corsie	3-4 binari	3 or 4 corsie (3 metri ciascuno)
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/

321.3 Iscrizioni - Sostituzione

321.3.1 Le sostituzioni sono possibili secondo quanto previsto dall'art. 313.4.

321.3.2 La posizione di partenza del sostituto è determinata dalla Giuria.

321.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

321.4.1 Si utilizzano le procedure di partenza previste per la partenza a cronometro (vedi art. 315.2).

321.5 Cronometraggio e risultati

321.5.1 Se due o più atleti hanno lo stesso tempo avranno la medesima posizione in classifica e l'atleta con il numero di pettorale più basso viene scritto per primo (vedi art. 219.2).

321.6 Giuria e reclami

Nessuna regola specifica.

322 Gare con partenza in linea

322.1 Definizione

Nelle gare con partenza in linea tutti gli atleti partono allo stesso orario e la classifica finale è determinata dall'ordine di arrivo.

322.2 Pista e stadio

322.2.1 Norme raccomandate

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		
Categoria	C	D
Binari	4 binari	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	Griglia di partenza a freccia	Griglia di partenza a freccia
Binari	In numero dispari 3 o più	In numero dispari 3 o più (opzionale)

Lunghezza dei binari dei corridoi (dopo la partenza)	Da 30 a 50 metri	Da 15 a 30 metri
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	Minimo 1.2 metri (opzionale)
ARRIVO		
Larghezza (minima)	6 metri	12 metri
Numero di corsie	Minimo 3 binari	3-4 corsie (3 metri ciascuno)
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/

- 322.2.2 Non ci devono essere elementi lungo la pista che causino congestioni.
- 322.2.3 Se è consentito il cambio degli sci lo stadio deve essere organizzato in maniera tale da fare sì che gli atleti che cambiano gli sci percorrono più strada rispetto agli atleti che non li cambiano.
- 322.2.3.1 Area pit box
- 322.2.3.1.1 La pista nella zona di accesso ai pit box dovrebbe essere larga almeno 4 metri. Nella zona di uscita dovrebbe essere larga almeno 6.
- 322.2.3.1.2 solo gli sci possono essere depositati nei box assegnati

322.3 Iscrizioni - Sostituzione

- 322.3.1 Le sostituzioni sono possibili secondo quanto previsto dall'art. 313.4.
- 322.3.2 L'atleta che sostituisce parte nella stessa posizione dell'atleta sostituito se i suoi punti FIS/FISI sono uguali o migliori. Se sono peggiori deve partire in fondo.
- 322.3.3 L'atleta utilizza il numero di pettorale di chi sta sostituendo.
- 322.3.4 La posizione di partenza originaria viene lasciata vuota.

322.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

- 322.4.1 Si utilizzano le procedure di partenza previste per la partenza in linea (vedi art. 315.3).

322.5 Cronometraggio e risultati

- 322.5.1 Di norma si applicano le regole riguardanti il doppiaggio. Per i doppiati fare riferimento all'art. 343.13.

322.6 Giurie e reclami

Nessuna regola specifica.

323 Skiathlon

323.1 Definizione

Lo skiathlon è una gara con partenza in linea nella quale i concorrenti partono in tecnica classica, seguita da un cambio sci obbligatorio da effettuare nei pit box allestiti nello stadio e da una seconda parte in tecnica libera.

323.2 Pista e stadio**323.2.1 Norme raccomandate**

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		
Categoria	C or E	D or E
Binari	4 binari	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	Griglia di partenza a freccia	/
Binari	In numero dispari 3 o più	/
Lunghezza dei binari (dopo la partenza)	Da 50 a 100 metri	/
Distanza tra i binari	1.2 metri	/
ARRIVO		
Larghezza (minima)	/	Minimo 12 metri
Numero di corsie	/	3-4 corsie (3 metri ciascuno)
Distanza tra i binari	/	/
PIT BOX		
Dimensioni raccomandate	Lunghezza 2/2.5 metri	Larghezza: 1.2/1.5 metri

323.2.2 Zona pit box

323.2.2.1 Nella zona pit box non c'è controllo di tecnica.

323.2.2.2 La pista nella zona di accesso ai pit box dovrebbe essere larga almeno 4 metri. Nella zona di uscita dovrebbe essere larga almeno 6.

323.2.2.3 L'attrezzatura per la tecnica libera deve essere depositata nel box assegnato prima della partenza in linea. Non è ammesso il deposito di ulteriore materiale.

323.2.2.4 L'attrezzatura cambiata deve essere lasciata nel box fino a quando l'atleta ha terminato la gara.

323.2.2.5 5 minuti prima della partenza gli allenatori o i membri delle squadre devono lasciare la zona pit box.

323.3 Iscrizioni - Sostituzione

323.3.1 Le sostituzioni sono possibili secondo quanto previsto dall'art. 313.4.

323.3.2 L'atleta che sostituisce deve partire nella stessa posizione dell'atleta sostituito se i suoi punti FIS/FISI sono uguali o migliori. Se sono peggiori deve partire in fondo.

323.3.3 L'atleta utilizza il numero di pettorale di chi sta sostituendo.

323.3.4 La posizione di partenza originaria viene lasciata vuota.

323.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

323.4.1 Si utilizzano le procedure di partenza previste per la partenza in linea (vedi art. 315.3).

323.5 Cronometraggio e risultati

323.5.1 Di norma si applicano le regole riguardanti il doppiaggio. Per i doppiati fare riferimento all'art. 343.13.

323.6 Giuria e reclami

Nessuna regola specifica.

324 Gare a inseguimento (pursuit)

324.1 Definizione

Le gare ad inseguimento vengono effettuate combinando gare nelle quali il tempo di partenza degli atleti è stabilito in base al risultato o ai risultati di una o più gare precedenti e il risultato finale è determinato dall'ordine di arrivo dell'ultima gara.

324.2 Pista e stadio

324.2.1 Norme raccomandate

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		
Categoria	C	D
Binari	4 binari	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	Da 2 a 5 corridoi	Da 2 a 5 corridoi
Binari	1 per corridoio	
Lunghezza dei binari dei corridoi (dopo la partenza)	Fine zona partenza	10 metri
Distanza tra i binari	3 metri	3 metri (opzionale)
ARRIVO		
Larghezza (minima)	Minimo 6 metri	Minimo 12 metri
Numero di corsie	3-4 binari	3-4 corsie (3 metri ciascuno)
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/

324.3 Iscrizioni – Sostituzione

324.3.1 La sostituzione prevista dall'art. 313.4 è possibile solo prima della prima gara

324.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

324.4.1 Si utilizzano le procedure di partenza previste per la partenza ad inseguimento (vedi art. 315.4).

324.5 Cronometraggio e risultati

324.5.1 Il calcolo dei tempi finali in una gara a inseguimento viene effettuato sommando ai risultati (tempi effettivi di gara) della gara precedente senza i decimi di secondo, i risultati finali della seconda gara comprensivi di decimi di secondo. L'ordine di arrivo determina la classifica finale.

La classifica dovrebbe mostrare i tempi della/e precedente gara/e (senza i decimi di secondo), il tempo effettivo della gara ad inseguimento (con i decimi di secondo) e il tempo totale (con i decimi di secondo).

ESEMPIO

Rank	Bib	FIS Code	Athlete	NSA	Year	Time prev. race(s)	Rank prev. race	Time (total)	Diff. time	FIS Points time	Rank FIS points	FIS points
1	99	3190353	CHAUVIN Valentin	FRA	1995	39:52	7	1:19:02.9		39:11.9	(1)	26.54
2	94	3190358	TIBERGHIEN Jean	FRA	1995	39:12	2	1:19:03.4	+0.5	39:52.4	(4)	47.20
3	93	3190529	LAPALUS Hugo	FRA	1998	39:10	1	1:19:12.8	+45.2	40:03.8	(7)	53.02

324.5.2 Anche i risultati con i tempi di giornata **possono devono** essere calcolati e pubblicati **quale tempo effettivo della gara ad inseguimento soltanto**.

324.5.3 Di norma si applicano le regole riguardanti il doppiaggio. Per i doppiati fare riferimento all'art. 343.13.

324.6 Giuria e reclami

Nessuna regola specifica.

325 Gare sprint individuali

325.1 Definizione

Le gare sprint individuali cominciano con una qualificazione organizzata come una gara con partenza a cronometro. Dopo la qualificazione gli atleti qualificati gareggiano nelle finali per mezzo di batterie ad eliminazione.

325.2 Pista e stadio

325.2.1 Norma raccomandate

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		
Categoria	C	D
Binari	4 binari	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	Un corridoio extra per le qualificazioni, 6 corridoi/cancelletti per le batterie	Un corridoio extra per le qualificazioni senza binario , 6 corridoi/cancelletti per le batterie
Binari	1 per corridoio	1 per corridoio
Lunghezza dei binari	Fine zona partenza	15 metri

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
(dopo la partenza)		
Distanza tra i binari	1.8 metri	Minimo 1.8 metri
ARRIVO		
Larghezza (minima)	Minimo 6 metri	Minimo 12 metri
Numero di corsie	Minimo 3	3-4 corsie (3 metri ciascuno)
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/

325.2.2 Per le qualificazioni e per le batterie finali si dovrebbe utilizzare lo stesso percorso.

325.2.3 Alcune parti del percorso devono essere dritte, larghe e lunghe a sufficienza da consentire il sorpasso.

325.3 Iscrizioni - Sostituzione

325.3.1 Le sostituzioni sono possibili prima delle qualificazioni secondo quanto previsto dall'art. 313.4.

325.3.2 La posizione di partenza del sostituto è determinata dalla Giuria.

325.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

325.4.1 Qualificazioni

325.4.1.1 Si utilizzano le procedure di partenza previste per la partenza a cronometro (vedi art. 315.2). Gli intervalli di partenza possono essere di 10, 15, 20 o 30 secondi.

325.4.1.2 Se vengono utilizzati due giri del percorso si può effettuare una pausa fra gli intervalli di partenza (partenza a blocchi).

325.4.2 Batterie finali (quarti di finale, semifinali e finali)

325.4.2.1 Si utilizzano le procedure di partenza previste per la partenza in batteria (vedi art. 315.5)

325.4.2.2 Nelle gare OWG, WSC e WC le batterie includono quarti di finale, semifinali e la finale A. Nelle altre gare le batterie sono stabilite dagli organizzatori, compresa l'eventuale aggiunta della finale B.

325.4.2.3 Le posizioni di partenza sono scelte dagli atleti in base al seguente ordine:

- quarti di finale – si usa il tempo di qualifica (posizione in classifica)
- semifinali – si usano le posizioni dei quarti di finali e i tempi di qualifica
- finali – si usano le posizioni delle semifinali e i tempi di qualifica.

325.4.2.4 L'inserimento degli atleti nelle batterie dei quarti di finale è determinato in base alla classifica delle qualificazioni. Le posizioni nelle batterie seguenti sono anche assegnate in base alle posizioni o ai tempi delle precedenti batterie. La seguente tabella illustra il principio di distribuzione degli atleti nelle rispettive batterie quando le batterie non sono cronometrate.

325.4.2.5 Tabella A: quarti di finale con 6 atleti in 5 batterie

TABELLA A

Quarti di finale con 6 atleti in 5 batterie, massimo 30 qualificati

Assegnati alla batteria	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5
Posizioni da 1 a 20	1	4	5	2	3
	10	7	6	9	8
	11	14	15	12	13
	20	17	16	19	18
Posizioni da 21 a 25	21	24	25	22	23
Posizioni da 26 a 30	30	27	26	29	28

Semifinali (12)		Finali (6+6)	
S1	S2	B Final	A Final
Q1 #1	Q4 #4	S1 #4	S1 #1
Q1 #2	Q4 #2	S2 #4	S2 #1
Q2 #1	Q5 #1	S1 #5	S1 #2
Q2 #2	Q5 #2	S2 #5	S2 #2
Q3 #1	Q3 #2	S1 #6	S1 #3
R3-2*	R3-1*	S2 #6	S2 #3

* Quando le batterie non sono cronometrate, le 6^e posizioni nelle batterie semifinali sono assegnate fra i terzi classificati delle batterie dei quarti di finale. Il terzo classificato con il miglior tempo di qualifica (Q R3-1) è inserito nella seconda batteria semifinale S2 e il terzo classificato con il secondo miglior tempo di qualifica (Q R3-2) è inserito nella prima batteria semifinale S1.

325.4.2.6

Oppure si usa la tabella B: quarti di finale con 4 batterie

TABELLA B Quarti di finale con 4 batterie, massimo 24 qualificati				
Assegnati alla batteria	Q1	Q2	Q3	Q4
Posizioni da 1 a 16	1	4	2	3
	8	5	7	6
	9	12	10	11
	16	13	15	14
Posizioni da 17 a 20	17	20	18	19
Posizioni da 21 a 24	24	21	23	22

Tabella B continuazione				
Semifinali (8)	Finali (4+4)			
S1	S2	B Final	A Final	
Q1 #1	Q3 #1	S1 #3	S1 #1	
Q1 #2	Q3 #2	S1 #4	S1 #2	
Q2 #1	Q4 #1	S2 #3	S2 #1	
Q2 #2	Q4 #2	S2 #4	S2 #2	

325.4.2.7

Nelle gare OWG, WSC, JWSC e WC le batterie devono essere cronometrate e l'inserimento degli atleti nelle batterie semifinali e nella Finale A segue i seguenti principi:

Alle due 6^e posizioni da assegnare nelle batterie semifinali accedono i due atleti più veloci dei quarti di finale classificati in 3[^]/4[^] posizione. Il più veloce è inserito nella prima batteria semifinale S2 e il secondo più veloce alla seconda batteria semifinale S1. Alla finale A accedono i primi due classificati di ciascuna delle batterie semifinali più i successivi due atleti più veloci nelle semifinali classificati in 3[^]/4[^] posizione, tutti gli altri semifinalisti accedono alla finale B.

In caso di parimerito nelle batterie per le posizioni 5 e 6 (lucky losers) si utilizza il loro tempo di qualifica. Se rimane il parimerito per determinare i lucky looser si utilizza il loro tempo di qualifica. Se rimane il parimerito si utilizzano i punti FIS/FISI sprint in vigore; se rimane ancora il parimerito, le posizioni sono stabilite con un sorteggio.

325.4.2.8 Nelle gare sprint con meno di 20 atleti nelle qualificazioni la Giuria può decidere di usare una versione ridotta della Tabella A o può assegnare direttamente gli atleti alle batterie semifinali o finali.

325.4.2.9 Ogni atleta che causa una falsa partenza sarà sanzionato con un'ammonizione scritta. A seguire, nella medesima batteria, ogni atleta che causa una seconda falsa partenza dovrà ritirarsi dalla gara. L'atleta sarà classificato come ultimo della finale, semifinale o quarto di finale (posizioni 6, 12, 30 oppure 4, 8, 16).

325.5 Cronometraggio e risultati

325.5.1 Nelle qualificazioni delle gare sprint il tempo di partenza e arrivo sono rilevati con la precisione del millesimo di secondo e il risultato finale è determinato al centesimo di secondo. Nelle altre gare FIS/FISI è possibile utilizzare un sistema con una precisione solo del centesimo di secondo, in questo caso comunque anche il risultato finale mostrerà i centesimi di secondo.

325.5.1.2 Nelle batterie delle gare sprint il tempo di partenza e arrivo sono rilevati con la precisione del millesimo di secondo e il risultato finale è determinato al millesimo di secondo. Nelle altre gare FIS/FISI è possibile utilizzare un sistema con una precisione solo del centesimo di secondo.

325.5.2 Qualificazioni

357.5.2.1 In caso di tempi di qualifica uguali gli atleti che accedono ai quarti di finale sono posizionati in base ai loro punti FIS/FISI sprint. Se il parimerito rimane, le posizioni vengono determinate a sorte. Un parimerito nelle qualificazioni non cambia il numero massimo di atleti che si qualificano (30 / 24 / 16). Atleti con lo stesso tempo di qualifica che non accedono ai quarti di finale manterranno la posizione così determinata nella classifica finale.

325.5.3 Batterie finali

325.5.3.1 Atleti con la stessa posizione nei quarti di finali o nelle semifinali (quando non c'è la finale B) che non accedono alla batteria successiva sono classificati nella classifica finale in base al loro tempo di qualifica.

325.5.3.2 Nelle gare sprint con 30 atleti qualificati ai quarti di finale la classifica finale è determinata come segue:

dal 31° all'ultimo	in base al risultato delle qualificazioni
dal 26° al 30°	i sesti classificati di ciascuna batteria dei quarti di finale in base ai risultati delle qualificazioni
dal 21° al 25°	i quinti classificati di ciascuna batteria dei quarti di finale in base ai risultati delle qualificazioni
dal 16°/17° al 20°	i quarti classificati di ciascuna batteria dei quarti di finale in base ai risultati delle qualificazioni (eccezione, se uno di questi quarti è stato ammesso alle semifinali)
dal 13° al 15°/16°	i terzi classificati di ciascuna batteria dei quarti di finale, che non sono stati ammessi alle semifinali, in base ai risultati delle qualificazioni
dal 7° al 12°	in base all'ordine di arrivo della finale B e nel caso in cui questa non venga disputata gli atleti sono classifi-

		cati in base alla loro posizione nelle semifinali e in base ai loro tempi di qualificazione
	Dal 1° al 6°	in base all'ordine di arrivo della finale A
325. 5.3.3	Nelle gare sprint con 16 atleti qualificati ai quarti di finale la classifica finale è determinata come segue:	
	<ul style="list-style-type: none"> - dal 17° all'ultimo in base al risultato delle qualificazioni - dal 13° al 16° i quarti classificati di ciascuna batteria dei quarti di finale in base ai risultati delle qualificazioni - dal 9° al 12° i terzi classificati di ciascuna batteria dei quarti di finale in base ai risultati delle qualificazioni - dal 5° all'8° in base all'ordine di arrivo della finale B. In mancanza dell' finale B gli atleti sono classificati in base al loro piazzamento delle semifinali e nelle qualificazioni. - dal 1° al 4° in base all'ordine di arrivo della finale A 	
	Con un numero diverso di atleti ammessi alle finali sono applicati gli stessi principi.	
325.5.3.4	In caso di parimerito (dead heat) nei quarti di finale o nelle semifinali è posizionato prima l'atleta con il tempo di qualificazione migliore. In caso di parimerito nelle finali A o B gli atleti manterranno la posizione così determinata nella classifica finale.	
325.5.3.5	Se un atleta non parte o non percorre interamente il percorso di ciascuna batteria viene classificato nell'ultima posizione della batteria finale, semifinale o quarto di finale (posizioni 6, 12, 30 oppure 4, 8, 16).	
325.6	Giuria e reclami	
325.6.1	Nelle batterie delle gare sprint OWG, WSC, JWSC, e WC la decisione unanime di almeno due membri di Giuria (DT incluso) equivale a una decisione di Giuria.	
325.6.2	A causa della pressione esercitata dal ritmo incalzante delle batterie non sono consentiti reclami durante quarti di finale e semifinali, le reclami vengono accettate solo dopo le finali.	
325.6.3	Durante i quarti di finale e le semifinali non si applica l'art. 224.7.	
326	Team Sprint	
326.1	Definizione	
	Le Team Sprint sono competizioni che si svolgono a staffetta con due atleti che sciano alternativamente percorrendo 3 – 6 frazioni ciascuno. Il numero e la distanza dei giri deve essere pubblicato sull'invito ufficiale.	
326.2	Pista e stadio	
326.2.1	Norme raccomandate	

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		

Categoria	C	D
Binari	4 binari	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	Griglia di partenza a freccia	Griglia di partenza a freccia
Binari	dispari 3 o più	(Opzionale) dispari 3 o più
Lunghezza del binario (dopo la partenza)	Fine zona partenza	(Opzionale) 15 metri
Distanza tra i binari	1.2 metri	(Opzionale) 1.2 metri
ARRIVO		
Larghezza (minimo)	6 metri	12 metri
Numero di corsie	Minimo 3-4 binari	3-4 corsie (3 metri ciascuna)
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
ZONA CAMBIO		
Lunghezza minima	45 metri	45 metri
Larghezza minima	9 metri	15 metri

326.2.2 Parti della pista devono essere abbastanza diritte, lunghe e larghe per rendere possibile il sorpasso.

326.2.3 Deve essere allestita una zona di preparazione degli sci vicino alla zona cambio. La giuria decide il numero degli ski man per squadra e l'uso dei tavoli di sciolinatura.

326.3 Iscrizioni – Sostituzione

326.3.1 I nomi dei concorrenti che effettivamente gareggiano ed il loro ordine di partenza deve essere consegnato agli organizzatori al più tardi 2 ore prima della riunione dei capisquadra.

326.3.2 La sostituzione è possibile secondo l'art.313.4.

326.3.3 L'atleta in sostituzione deve partire nella stessa posizione di squadra dell'atleta sostituito. L'ordine di partenza delle squadre non può essere modificato.

326.3.4 In caso di sostituzione, la squadra perderà la propria posizione di partenza e dovrà partire alla fine dello schieramento . L'ordine di partenza alla fine dello schieramento sarà lo stesso di quello originale. Le posizioni di partenza originali saranno lasciate vuote.

326.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

326.4.1 Deve essere usata la procedura per la partenza in linea (vedi art. 315.3).

326.4.2 Normalmente vengono disputate 2 semifinali per selezionare le squadre per la finale di una competizione di Team Sprint. Le squadre devono essere equamente distribuite tra due gruppi con il seguente principio:

- La migliore squadra con i punti totali sarà assegnata al gruppo A

- Le squadre restanti saranno distribuite in modo alternato ai gruppi, a coppie susseguenti in base alla graduatoria (esempio squadra 2 e 3, squadra 4 e 5, etc.)

326.4.2.1 Si utilizza il miglior punteggio FIS tra distance e sprint. Nel caso in cui il concorrente iscritto non ha punti FIS/FISI, 999 punti saranno utilizzati per il calcolo.

326.4.2.2 Se ci sono più di 40 squadre iscritte la Giuria può decidere di usare 3 semifinali e distribuire le squadre seguendo il seguente schema:

A	1	6	7	12	13	18	19	24	25	30	31	36	37	42	43	etc.
B	2	5	8	11	14	17	20	23	26	29	32	35	38	41	44	...
C	3	4	9	10	15	16	21	22	27	28	33	34	39	40	45	...

326.4.3 Il numero di squadre in una batteria di semifinale non dovrebbe essere maggiore di 20 e il numero di squadre in finale non dovrebbe essere maggiore di 15.

326.4.4 L'assegnazione dei gruppi alle semifinali sarà determinato con il sorteggio.

326.4.5 La squadra con il minor punteggio complessivo utilizzando sia i punti sprint che i punti distance dei membri della squadra di staffetta sprint, partirà con il numero uno. La squadra con il secondo punteggio totale più basso partirà con il numero 2 e così via seguendo. Nel caso due squadre abbiano gli stessi punti, la squadra con l'atleta con il minor punteggio partirà davanti all'altra. Qualora questo non sia sufficiente per determinare la posizione di partenza, la posizione di partenza verrà sorteggiata.

326.4.6 Il passaggio delle squadre dalle batterie di semifinale alle finali avviene in base ai seguenti principi:

- Nel caso di due batterie semifinali:
- Se le batterie di semifinale non sono cronometrate, passano le prime 5 squadre di ciascuna delle 2 batterie di semifinale.
- Quando le batterie sono cronometrate, passano le prime 2 squadre di ciascuna batteria e le 6 squadre più veloci tra quelle classificate dal terzo all'ottavo posto. In caso di parimerito le squadre saranno classificate in base ai loro punti complessivi. Se il parimerito rimane, le posizioni sono determinate mediante sorteggio.
- Nel caso di 3 o più semifinali, fino a 15 squadre possono avanzare alle finali usando gli stessi principi di cui sopra (2 squadre da ogni semifinale più i successivi 9 migliori tempi quando le batterie sono cronometrate o lo stesso numero di squadre in base al loro ordine di arrivo quando le batterie non sono cronometrate).

326.4.7 La posizione di partenza per le finali sarà attribuita in base ai risultati delle semifinali (posizioni seguite dai tempi).

326.4.8 Devono essere usati colori differenti per i pettorali di ogni frazione. Nelle gare OWG, WSC e WC saranno il rosso per il primo frazionista e il blu per il secondo

326.5 Cronometraggio e risultati

326.5.1 Nelle semifinali e finali di gare team sprint agli OWG, WSC, JWSC e WC i tempi di partenza e di arrivo sono rilevati con la precisione di 1/1000 di secondo ed il risultato finale è determinato al 1/100 di secondo. Nelle altre sprint FIS/FISI è pos-

sibile usare un sistema di cronometraggio con una precisione solo del 1/100 di secondo, in questo caso comunque anche il risultato finale mostrerà i centesimi di secondo.

326.5.2 Di norma si applicano le regole riguardanti il doppiaggio. Per i doppiati fare riferimento all'art. 343.13.

326.5.3 I risultati finali dovranno essere pubblicati nel modo seguente:

Tutte le squadre in finale saranno classificate secondo il loro ordine di arrivo nella finale. Se vengono disputate le semifinali, le squadre che non passano al turno finale saranno collocate così che le squadre che si sono classificate nella medesima posizione nelle semifinali occupino le posizioni immediatamente successive nella classifica.

Esempio: se 5 squadre delle 2 batterie di semi finale si qualificano per le finali, allora alle squadre classificate al 6° posto di ciascuna batteria saranno attribuiti l'11° ed il 12° posto secondo i loro tempi nelle rispettive batterie semifinali, le squadre classificate al 7° posto occuperanno il 13° e 14° posto nella classifica finale, etc.

Se le batterie non sono cronometrate, per determinare le posizioni delle squadre che non si qualificano si utilizza la loro posizione nelle semifinali e i loro punti complessivi.

326.6 Giuria e Reclami

Nelle gare Team Sprint degli OWG, WSC, JWSC e WC la decisione unanime di almeno due membri di Giuria (incluso il DT) equivale a una decisione della Giuria.

326.6.2 A causa della pressione esercitata dal ritmo incalzante delle batterie non sono consentiti reclami durante le semifinali. I reclami saranno accettati solo dopo le finali.

326.6.3 Durante le team sprint l'art 224.7 non viene applicato.

327 Gare di Staffetta

327.1 Definizione

327.1.1 La staffetta è composta da tre o quattro concorrenti, secondo l'invito, di cui ognuno può eseguire solo una frazione. Agli OWG, WSC, JWSC e WC la staffetta è composta da quattro concorrenti.

327.1.2 Agli OWG, WSC, JWSC e WC le prime due frazioni si disputano in tecnica classica su un percorso in tecnica classica e le altre due frazioni si disputano in tecnica libera su un percorso di tecnica libera.

327.2 Pista e stadio

327.2.1 Norme raccomandate

Elementi	Preparazione per	
	Tecnica classica	Tecnica libera
PERCORSO		
Categoria	B	C

Binari	2 binari	/
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
PARTENZA		
Preparazione	Griglia di partenza a freccia	Griglia di partenza a freccia
Binari	dispari 3 o più	(Opzionale) dispari 3 o più
Lunghezza del binario (dopo la partenza)	Fine zona partenza	(Opzionale) 15 metri
Distanza tra i binari	1.2 metri	(Opzionale) 1.2 metri
ARRIVO		
Larghezza (minimo)	6 metri	12 metri
Numero di corsie	Minimo 3-4 binari	3-4 corsie (3 metri ciascuna)
Distanza tra i binari	Minimo 1.2 metri	/
ZONA CAMBIO		
Lunghezza minima	30 metri	30 metri
Larghezza minima	9 metri	9 metri

327.2.2 La lunghezza della prima frazione può variare del $\pm 5\%$ rispetto alle altre frazioni, a seconda del layout dello stadio.

327.3 Iscrizioni - Sostituzione

327.3.1 I nomi dei concorrenti che effettivamente gareggiano e il loro ordine di partenza deve essere consegnato agli organizzatori al più tardi 2 ore prima della riunione dei capisquadra.

327.3.2 Le sostituzioni sono possibili secondo quanto previsto dall'art. 313.4.

327.3.3 L'ordine di partenza non può essere modificato per effetto di una sostituzione.

327.3.4 La posizione della squadra sulla griglia di partenza rimarrà la stessa.

327.4 Ordine di partenza e procedura di partenza

327.4.1 Deve essere utilizzata la procedura di partenza in linea (vedi art. 315.3)

327.4.2 Per l'assegnazione dei pettorali si effettua normalmente il sorteggio. Agli OWG, WSC e JWSC i piazzamenti nelle stesse manifestazioni precedenti determinano l'ordine di partenza. Nelle gare di WC la posizione nella classifica corrente della Coppa per Nazioni determinerà l'ordine di partenza. Le squadre che non appaiono in queste classifiche verranno sorteggiate dopo le altre.

327.4.3 Quando ogni nazione può iscrivere più di una squadra ufficiale, la prima squadra di ogni nazione deve essere posta sulla griglia di partenza prima delle seconde squadre; e lo stesso vale per le terze squadre etc. Le squadre non ufficiali devono occupare le posizioni più sfavorevoli.

327.4.4 Colori: colori diversi devono essere utilizzati per i numeri di partenza di ciascuna frazione. Per le competizioni OWG, WSC e WC saranno: 1[^] = rosso, 2[^] = verde 3[^] = giallo e 4[^] = blu.

- 327.5** **Cronometraggio e risultati**
- 327.5.1 Il tempo intermedio di una frazione individuale viene preso quando il concorrente passa la linea per il cronometraggio intermedio. Questo è anche considerato come tempo di partenza del concorrente successivo.
- 327.5.2 Il tempo totale di una staffetta è il tempo che trascorre tra la partenza ed il passaggio dell'ultimo concorrente della squadra sulla linea di arrivo. L'ordine nel quale i concorrenti terminano l'ultima frazione di staffetta, determina il risultato finale.
- 327.5.3 Di norma si applicano le regole riguardanti il doppiaggio. Per i doppiati fare riferimento all'art. 343.13.

327.6 **Giuria e Reclami**

Non ci sono norme specifiche.

D. La competizione e i concorrenti

341 **Requisiti dei concorrenti**

341.1 **Categorie per Età**

- 341.1.1 L'anno agonistico (o stagione) FIS/FISI è compreso dal 1 luglio al 30 giugno dell'anno successivo.
- 341.1.2 I Seniores (maschi e femmine) devono compiere almeno 21 anni durante l'anno (01.01.-31.12.). Il diritto di partecipare inizia all'inizio della stagione agonistica (ad esempio per il 2020 dal 1 ° luglio 2019 in poi).
- 341.1.3 Juniores femminili e juniores maschili non devono avere più di 20 anni durante l'anno (01.01.-31.12.) in cui termina la stagione.

Campionati del Mondo Junior

Un atleta deve compiere 16 anni prima della fine dell'anno solare (1° gennaio – 31° dicembre) in cui termina la stagione.

Stagione	Età	Anni di nascita
2019/2010	16-20	2000, 2001, 2002, 2003, 2004
2020/2021	16-20	2001, 2002, 2003, 2004, 2005
2021/2022	16-20	2002, 2003, 2004, 2005, 2006
2022/2023	16-20	2003, 2004, 2005, 2006, 2007
2023/24	16-20	2004, 2005, 2006, 2007, 2008

Campionati del Mondo Under 23

Un U23 non deve avere compiuto 23 anni prima della fine dell'anno solare (1° gennaio – 31° dicembre) in cui termina la stagione. Anni di nascita per gli U23 a partire dal 2016/2017:

Stagione	Età	Anni di nascita
2019/2010	21-23	1997, 1998, 1999
2020/2021	21-23	1998, 1999, 2000
2021/2022	21-23	1999, 2000, 2001
2022/2023	21-23	2000, 2001, 2002
2023/2024	21-23	2001, 2002, 2003

341.1.4 Juniores femminili e juniores maschili dovrebbero gareggiare nella loro categoria. Essi possono partire nelle rispettive categorie seniores, incluse le categorie generali nelle gare di gran fondo FIS.

341.1.5 In tutte le gare FIS non ci sono limiti di età, ma ai WSC l'atleta deve compiere 16 anni prima della fine dell'anno solare (1° gennaio – 31° dicembre) in cui termina la stagione:

Stagione	Anni di nascita
2019/2020	2004 e precedenti
2020/2021	2005 e precedenti
2021/2022	2006 e precedenti
2022/2023	2007 e precedenti
2023/2024	2008 e precedenti

341.2 Sistema di punteggio FIS

341.2.1 I Punti FIS sono utilizzati in particolare per stabilire la qualificazione agli OWG, WSC e gare di Coppa del Mondo; servono inoltre per i gruppi e per la creazione degli ordini di partenza (vedi il regolamento della Coppa del Mondo e le regole e direttive per i Punti FIS/FISI disponibili sul sito FIS/FISI).

342 Esami Medici

342.1 Stato di salute

342.1.1 Le Federazioni Nazionali sono responsabili della salute dei concorrenti da loro iscritti. Il capo del servizio medico e di soccorso eseguirà una visita medica solo su richiesta del responsabile della squadra del concorrente, del concorrente o del rappresentante della Commissione Medica FIS/FISI (vedi art. 221).

343 Responsabilità dei concorrenti

343.1 In tutte le situazioni di allenamento e di gara l'atleta deve agire con la dovuta cura, tenendo conto delle condizioni della pista, della visibilità e della congestione dei concorrenti.

343.2 In tutte le situazioni di allenamento e di gara gli atleti devono sempre sciare nella direzione della pista di gara.

343.3 I concorrenti devono seguire le istruzioni (gli orari di apertura della pista, indossare pettorine speciali, allenamento, prova degli sci, etc.) emesse dalla Giuria o dal CO per garantire l'ordine in pista, nello stadio e nella zona di preparazione delle squadre prima, durante e dopo la competizione.

343.4 È responsabilità del concorrente presentarsi in partenza e partire all'orario corretto.

343.5 I concorrenti devono indossare/usare i mezzi di identificazione (pettorali, cosciali, transponders, GPS...) forniti dagli organizzatori.

343.6 I concorrenti devono seguire la pista segnata nella sequenza corretta dalla partenza all'arrivo e devono passare tutti i punti di controllo.

343.6.1 Se un concorrente scia su un tratto errato o abbandona il percorso segnato, egli dovrebbe tornare nel punto dove ha commesso l'errore. Per fare ciò, il concorrente dovrà sciare in direzione contraria a quella corretta e sarà totalmente responsabile nel garantire di non ostacolare o mettere in pericolo altri concorrenti.

343.7 I concorrenti devono percorrere l'intera distanza di gara sui loro sci, utilizzando unicamente i propri mezzi di propulsione. Non sono ammessi aiuti di "battistrada".

343.8 Nelle gare in tecnica classica, i concorrenti devono utilizzare solo la tecnica classica.

343.8.1 Nelle gare individuali a cronometro e nelle qualificazioni delle gare sprint le violazioni di tecnica (come le pattinate fatte per mantenere o aumentare la velocità) verranno valutate come impattanti sul risultato finale (per via del conseguente miglioramento del tempo e dei punti FIS) e la Giuria applicherà la sanzione appropriata senza considerare i distacchi tra i concorrenti, anche per il vincitore

343.8.2 Nelle gare in tecnica classica, la lunghezza massima dei bastoncini non deve superare l'83% dell'altezza del concorrente. Nelle competizioni in tecnica non deve superare il 100%. L'altezza del concorrente è misurata con le scarpe da fondo su una superficie piana fino alla cima della testa scoperta.
La lunghezza del bastoncino è misurata dal fondo del bastoncino fino al più alto attacco del cinturino.

Tutte le misure saranno arrotondate al centimetro più vicino: meno di 0,5 cm saranno arrotondati per difetto e 0,5 cm o più saranno arrotondati per eccesso.

Body height	Pole length										
200	166,00	190	158,00	180	149,00	170	141,00	160	133,00	150	125,00
199	165,00	189	157,00	179	149,00	169	140,00	159	132,00	149	124,00
198	164,00	188	156,00	178	148,00	168	139,00	158	131,00	148	123,00
197	164,00	187	155,00	177	147,00	167	139,00	157	130,00	147	122,00
196	163,00	186	154,00	176	146,00	166	138,00	156	129,00	146	121,00
195	162,00	185	154,00	175	145,00	165	137,00	155	129,00	145	120,00
194	161,00	184	153,00	174	144,00	164	136,00	154	128,00	144	120,00
193	160,00	183	152,00	173	144,00	163	135,00	153	127,00	143	119,00
192	159,00	182	151,00	172	143,00	162	134,00	152	126,00	142	118,00
191	159,00	181	150,00	171	142,00	161	134,00	151	125,00	141	117,00

NB: nelle gare FISI questa regola si applica solo agli eventi di prima fascia eccetto ai Campionati Italiani U14

343.9 In tutte le competizioni l'ostruzione non è consentita. Questo comportamento è definito come deliberato ostacolamento, blocco, caricamento o spinta di qualsiasi concorrente con qualsiasi parte del corpo o dell'attrezzatura da sci.

343.10 Sorpasso

343.10.1 In una competizione con partenza a cronometro, un concorrente che sta per essere superato deve dare pista alla prima richiesta.

Questo si applica alle piste in tecnica classica anche quando ci sono 2 binari e nelle piste in tecnica libera, quando il concorrente viene sorpassato, deve restringere la sua azione di pattinaggio.

343.10.2 In tutte le altre competizioni, in caso di sorpasso, i concorrenti non devono causare alcuna ostruzione.

La responsabilità di un sorpasso corretto privo di ostruzioni spetta allo sciatore che sorpassa. Lo sciatore che sorpassa deve avere i suoi sci davanti a quelli del sorpassato, prima di sciare lungo la sua linea ideale.

- 343.11** **Nei tratti con corsie segnalate gli atleti sono tenuti a scegliere una corsia. Un atleta può lasciare la corsia scelta a patto che l'art. 343.9 venga rispettato.**
- 343.12** **Cambio materiali**
- 343.12.1 In tutte le competizioni cambiare un bastoncino è consentito solo in caso di rottura o danneggiamento. Nelle gare in tecnica classica, se entrambi i bastoncini vengono sostituiti, devono essere conformi all'art. 343.8.**2**. È comunque consentito cambiare i bastoncini ai pit box durante il cambio degli sci nelle Skiathlon.
- NB: nelle gare FISI questa regola si applica solo agli eventi di prima fascia ecetto ai Campionati Italiani U14**
- 343.12.2 Gli sci possono essere cambiati solamente se:
- Gli sci o gli attacchi sono rotti o danneggiati. Il guasto dell'attrezzatura deve essere provato alla giuria dopo la gara.
 - Sono stati predisposti dei box per il cambio dell'attrezzatura in gara (pit box, team box nelle team sprint).
- 343.12.3 Nel caso di cambio di sci, il concorrente deve farlo al di fuori della pista senza l'aiuto di qualsiasi altra persona.
- 343.12.4 Quando nelle gare di lunga distanza o skiathlon sono previsti box per il cambio degli sci (pit box) il concorrente può cambiare gli sci all'interno dei pit box **una e più volte**. La procedura di cambio dell'attrezzatura deve essere effettuata interamente dall'atleta nel box assegnato senza alcuna assistenza. Il numero massimo dei cambi è pari a massimo 1 volta. **per competizioni fino a 30 km; massimo 2 volte per competizioni oltre i 30 km;** **Gli sci da cambiare devono essere posizionati nei box prima della partenza.**
- 343.12.5 Quando sono previsti i box per il cambio sci, il sorpasso lungo le corsie di accesso è consentito solamente sul lato più lontano dai box.
- 343.12.6 È vietato sciolinare, raschiare e pulire gli sci di un concorrente durante la gara. Eccezione: Nelle gare in tecnica classica i concorrenti possono raschiare i loro sci per rimuovere neve e ghiaccio, e aggiungere sciolina se necessario. I concorrenti possono solo ricevere attrezzi o materiale e devono fare ciò fuori dalla pista senza l'aiuto di alcuna altra persona. Non è consentito mettere rami, attrezzi o materiale sul percorso battuto o adiacenti ad esso.
- 343.13** **Cambi nella staffetta**
- 343.13.1 In una gara a squadre, il cambio viene effettuato dal concorrente in arrivo, con il tocco della mano mano su qualsiasi parte del corpo del concorrente successivo mentre entrambi i concorrenti sono nella zona cambio. Il concorrente che riceve il cambio può entrare nella zona cambio della staffetta solamente quando viene chiamato. Qualsiasi metodo di spinta del concorrente che parte è vietato.
- 343.14** **Sovrapposizione Doppiaggio**
- 343.14.1 Nelle gare ad Inseguimento, Skiathlon, partenza in linea (mass start), Team Sprint e Staffette, i concorrenti o le squadre che vengono sorpassate o invitare dai Funzionari di gara a terminare la loro gara, devono abbandonare la competizione. I concorrenti o le squadre che vengono fermati vengono inseriti in classifi-

ca (senza tempo) secondo la posizione che occupavano al loro ultimo tempo intermedio.

- 343.14.2 L'art. 343.14.1 deve essere applicato negli OWG, WSC e WC.
- 343.14.3 Per tutte le altre gare FIS/FISI la Giuria decide se applicare l'art. 343.14.1.
- 343.15 Dispositivi di comunicazione che supportano comunicazioni senza filo tra allenatori e atleti o tra atleti non sono ammessi durante la gara.
- 343.16 I concorrenti devono rispettare le istruzioni dei Funzionari di gara.
- 343.17 I concorrenti devono rispettare tutti gli aspetti del codice medico (vedi art. 221).

344 Responsabilità dei Funzionari di gara e altri

- 344.1 Se necessario, la Giuria può stabilire regole speciali per funzionari, stampa, personale di servizio e altri non concorrenti, per garantire l'ordine in pista, nello stadio e nell'area di preparazione delle squadre, prima, durante e dopo la competizione.
- 344.2 Per quanto riguarda l'ordine ed i controlli lungo la pista devono essere applicati i seguenti principi:
- da 5 minuti prima della partenza e fino a quando sono passati i chiudi pista, tutti i funzionari, gli allenatori, non concorrenti ed altre persone accreditate, non possono sciare sulla pista. Durante la competizione queste persone devono prendere posto a lato della pista e restarci senza sci ai piedi
 - per comunicare i tempi intermedi e altre informazioni ai concorrenti, funzionari, allenatori e altri non possono correre per più di 30 m a fianco dei concorrenti
 - durante questo servizio devono assicurarsi di non ostacolare i concorrenti
 - durante il rifornimento ai concorrenti gli allenatori devono accertarsi di non ostacolare i concorrenti e devono mantenere una posizione fissa
- 344.3 Per poter ottenere una ripresa televisiva pulita e per ragioni di sicurezza, alcune parti della pista possono essere chiuse a tutti fuorché ai concorrenti che prendono parte alla competizione. La Giuria può consentire la prova degli sci ed il riscaldamento da parte dei concorrenti su tratti del percorso di gara prima e durante la competizione. Gli atleti ed il personale di servizio, munito di apposito pettorale possono essere autorizzati a sciare su questi tratti di pista.
- 344.4 La prova della sciolinatura ed il riscaldamento lungo la pista di gara deve essere sempre fatto nella direzione di gara. Chiunque provi gli sci lungo il percorso di gara deve assicurarsi di non danneggiare gli altri sulla pista e di non interferire con i lavori di preparazione della pista stessa. Dispositivi di cronometraggio elettronico utilizzati per la prova degli sci non sono consentiti sul percorso durante la competizione o l'allenamento ufficiale.

E. Non ammessi alla partenza, Sanzioni

351 Non ammessi alla partenza

Non è ammesso alla partenza di qualsiasi competizione internazionale di sci FIS/FISI, un concorrente che:

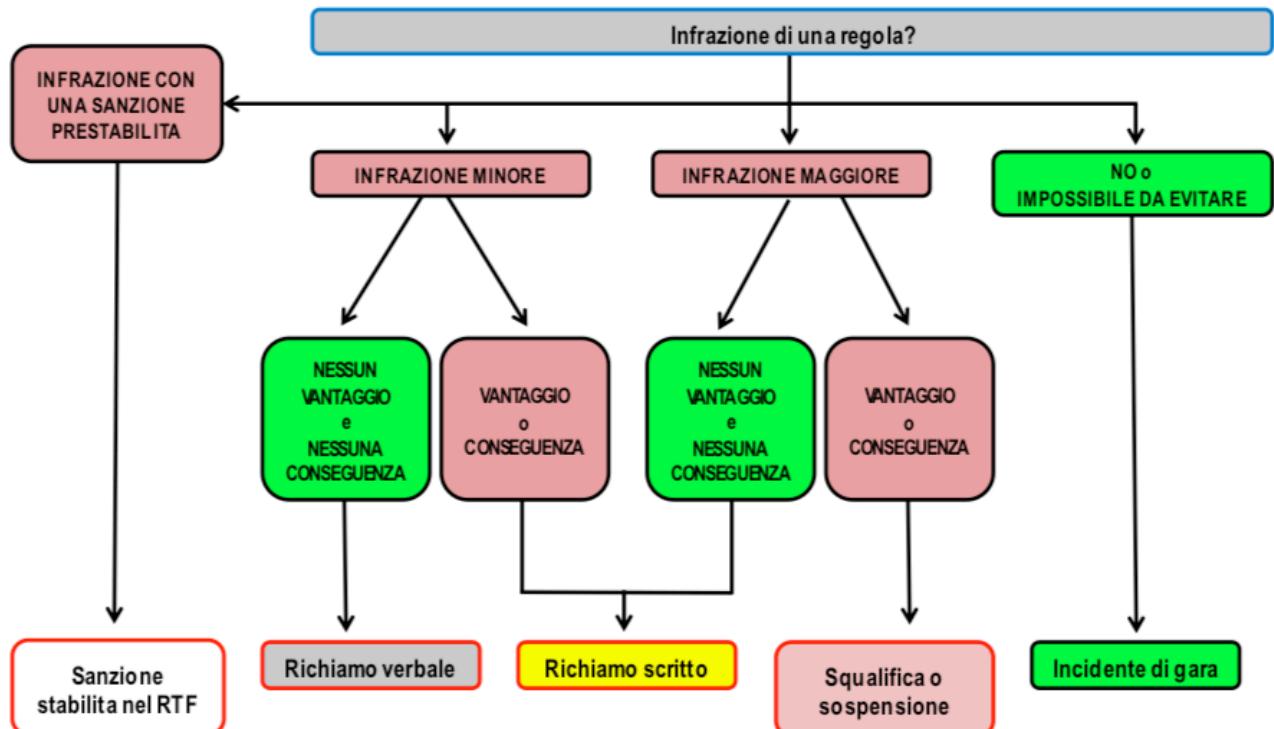
- 351.1 Indossa nomi e/o simboli osceni su abbigliamento e attrezzatura (art. 206.7) o tiene nell'area di partenza un comportamento antisportivo (art. 205.5)
- 351.2 viola le norme FIS/FISI riguardo l'attrezzatura (art. 222) e marchi commerciali (art. 207)
- 351.3 rifiuta di sottoporsi ad un esame medico richiesto dalla FIS/FISI (art. 221.2)
- 351.4 Se un concorrente ha preso il via in una competizione e solo successivamente la Giuria rileva che il concorrente aveva infranto queste norme, la Giuria deve sanzionare il concorrente.

352 Sanzioni

352.1 Procedura

- 352.1.1 Quando si verifica un'infrazione alle norme, la giuria deve riunirsi e decidere la sanzione appropriata tenendo in considerazione:
- le circostanze specifiche
 - il guadagno o il vantaggio per il trasgressore (vedi art. 223.3.3)
 - l'impatto negativo su altri concorrenti
 - l'impatto sul risultato finale o il risultato intermedio (batterie sprint o bonus sprint)
 - il livello della competizione
 - l'età e l'esperienza dei concorrenti

352.1.1.1 Per decidere le sanzioni bisogna utilizzare seguente diagramma decisionale:



352.1.2 L'ascolto dell'atleta (art. 224.7) può essere effettuato:

- a richiesta della Giuria se necessario
- a richiesta del trasgressore in caso di presentazione di un reclamo (art 361)

352.1.3	sanzioni per violazioni di tecnica possono essere comminate con la decisione unanime di due membri della Giuria (TD incluso) senza evidenze video e senza ascoltare l'atleta.
352.1.3	In OWG, WSC e WC sanzioni di gara possono essere date con la decisione unanime del Race Director e del TD Nel caso in cui RD e TD provenissero dalla stessa nazione, il TD nomina un sostituto fra i membri di Giuria
352.2	Squalifica
352.2.1	La squalifica dovrebbe essere applicata solo per infrazioni rilevanti e per infrazioni che hanno un chiaro impatto sul risultato finale della competizione.
352.2.2	inoltre, un concorrente deve essere automaticamente squalificato se: <ul style="list-style-type: none"> - partecipa ad una competizione sotto falso nome - se mette a repentaglio la sicurezza di persone o cose o causa effettivamente ferite o danni. - se percorre più di una frazione in una gara di staffetta (vedi art. 327.1.1)
352.2.3	Un concorrente che riceve una seconda ammonizione scritta nel corso della stessa stagione, viene automaticamente squalificato. Le ammonizioni scritte date nel corso della stagione non sono valide nei periodi dei JWSC, WSC e OWG. Ammonizioni scritte date durante i JWSC WSC e OWG sono valide fino alla fine della stagione.
352.2.4	Durante una manifestazione a tappe e nella prima parte di una gara a inseguimento, un'infrazione che viene sanzionata normalmente con la squalifica, può essere sanzionata in alternativa con una penalità sul tempo (vedi art. 353.4). L'utilizzo della squalifica o della penalità sul tempo è demandato alla decisione della Giuria.
352.2.5	Dopo la squalifica, il nome del concorrente deve apparire in classifica, indicando il suo stato di squalificato/a senza riportare alcun tempo di gara.
352.2.6	Nelle gare sprint e team sprint, se un'infrazione porta alla squalifica e tale infrazione provoca ad un altro concorrente (o squadra) il mancato avanzamento al turno successivo, la Giuria può consentire al concorrente (o alla squadra) di procedere nel turno successivo. In questo caso il concorrente (o la squadra) interessato partirà dalla posizione di partenza meno favorevole.
352.2.7	Un concorrente squalificato nelle batterie di una gara sprint manterrà il suo risultato nella classifica della qualificazione e non risulterà squalificato in questa classifica
352.3	Sospensione dalla competizione
352.3.1	La sospensione dalla competizione può essere usata solo per infrazioni al presente regolamento durante le batterie sprint, delle team sprint, gli sprint per i bonus (sia intermedi che finali) e le gare di gran fondo.
352.3.2	In gare sprint, la sospensione dalla competizione significa che il concorrente sarà classificato ultimo della sua batteria e ultimo del turno (6° se in finale, 12° se nelle semifinali, 30° se nei quarti di finale).
352.3.3	In gare con partenza in linea o skiatlon, la sospensione dalla competizione significa che il concorrente sarà estromesso dalla classifica di bonus sprint.

- 352.3.4 Nelle gare di gran fondo, la sospensione significa che il concorrente è classificato ultimo e il suo nome non è pubblicato.
- 352.3.5 La sospensione dalla competizione sarà sempre accompagnata da un'ammonizione scritta (cartellino giallo)
- 352.3.6 Nelle team sprint una sospensione dalla competizione significa che il team verrà classificato come ultimo della batteria e del turno.
- 352.4 Penalità sul tempo**
- 352.4.1 Le seguenti infrazioni di falsa partenza (anticipata) vanno sanzionate con una penalità sul tempo:
- 352.4.1.1 In competizioni con partenza individuale o qualifiche sprint, infrazioni per la partenza anticipata vanno sanzionate con una penalità minima sul tempo di 15 secondi (tempo reale di gara dell'atleta + 15 secondi di penalità minima).
- 352.4.1.2 In competizioni con partenza ad inseguimento, infrazioni per partenza anticipate vanno sanzionate con una penalità sul tempo pari al tempo ottenuto (orario ufficiale di partenza meno orario reale di partenza) + 30 secondi di penalità minima.
- 352.4.2 Nelle manifestazioni a tappe, la Giuria può decidere di sostituire la squalifica con 3 minuti di penalità sul tempo (vedi art. 352.2.4).
- 352.5 Ammonizione scritta (cartellino giallo)**
- 352.5.1 L'ammonizione scritta va usata per tutte quelle infrazioni alle norme che non portano un chiaro vantaggio per il trasgressore o per infrazioni minori che portano vantaggio al trasgressore.
- 352.6 Ammonizione verbale**
- L'ammonizione verbale va usata per infrazioni minori o per informare un concorrente che la sua tecnica o il suo comportamento sono molto prossimi alla violazione delle norme.
- 352.7 Multa**
- 352.7.1 Le multe possono essere comminate a qualsiasi persona accreditata.
- 352.7.2 La multa va usata per violazione delle norme sulla pubblicità e dei marchi commerciali, per infrazioni minori della disciplina sul percorso, per violazioni dell'art. 343.5 e per violazioni delle restrizioni sulla prova degli sci e sul riscaldamento.
- 352.7.3 Per i concorrenti, la multa può anche essere accompagnata da un'ammonizione scritta.
- Gare FISI: vedi Agenda degli Sport Invernali**
- F. Reclami e Appelli**
- 361 Reclami**
- 361.1 Tipi di reclamo**
- 361.1.1 Verso l'ammissione di atleti o della loro attrezzatura di gara.
- 361.1.2 Verso la pista o le sue condizioni.
- 361.1.3 Verso un altro atleta o verso un funzionario durante la competizione,

- 361.1.4 Verso i risultati del cronometraggio,
- 361.1.5 Verso le decisioni della Giuria. Vedi anche eccezioni 325.6.2 e 326.6.2.
- 361.1.6 Verso errori o violazioni delle norme FIS/FISI dopo la competizione.
- 361.2 Luogo della presentazione**
- I vari reclami vanno presentati come segue:
- 361.2.1 I reclami secondo gli art. 310 – 344.4 nel luogo indicato sul tabellone ufficiale o nel luogo comunicato durante la riunione dei capisquadra.
- 361.2.2 Reclami riguardanti errori materiali o violazioni delle norme FIS/FISI dopo la competizione, devono essere inviati per posta raccomandata, attraverso la Federazione Nazionale del concorrente, alla FIS/FISI entro un mese dalla competizione.
- 361.3 Termini per la presentazione**
- 361.3.1 Contro l'ammissione di un concorrente
- prima del sorteggio
- 361.3.2 Contro la pista o le sue condizioni
- non più tardi di 15 minuti dopo il termine dell'allenamento ufficiale.
- 361.3.3 Contro un altro concorrente o la sua attrezzatura o contro un Funzionario di gara per comportamento irregolare durante la competizione.
- entro 15 minuti dall'esposizione della classifica uffiosa
- 361.3.4 Contro il cronometraggio
- entro 15 minuti dall'esposizione della classifica uffiosa
- 361.3.5 Contro decisioni di Giuria che non siano sanzioni
- entro 15 minuti dall'esposizione della classifica uffiosa
- 361.3.6 Verso errori materiali o violazioni delle norme FIS/FISI dopo la competizione
- entro un mese dalla competizione
- 361.4 Modalità dei reclami**
- 361.4.1 I reclami devono essere presentati per iscritto.
- 361.4.2 I reclami devono essere motivati nel dettaglio. Deve essere fornita la prova ed ogni riscontro deve essere allegato.
- 361.4.3 Contestualmente alla presentazione del reclamo devono essere depositati 100 CHF o valuta equivalente per le gare FIS. Questa cauzione sarà ritornata se il reclamo verrà accettato. In caso contrario sarà versato sul conto della FIS.
- Gare FISI: vedi Agenda degli Sport Invernali**
- 361.4.4 Un reclamo può essere ritirato dal reclamante prima della pubblicazione di una decisione della Giuria. In questo caso la somma depositata deve essere restituita.
- 361.4.5 Reclami non presentati in tempo o presentati senza la tassa di reclamo non sono da prendere in considerazione.

361.5	Autorizzazione
	Sono autorizzati a presentare reclamo:
	- le Federazioni Nazionali
	- i capisquadra.
361.6	Discussione dei reclami da parte della giuria.
361.6.1	La Giuria si riunisce per trattare i reclami in un luogo predeterminato e all'orario fissato e comunicato dalla stessa.
361.6.2	Alla votazione di un reclamo possono essere presenti solo i membri di giuria. Il DT presiede il procedimento. Devono essere redatti dei verbali dei procedimenti che vanno firmati da tutti i membri votanti della Giuria. La decisione richiede la maggioranza di tutti i membri votanti della Giuria, non solo di quelli presenti. In caso di parità, il voto del DT è decisivo.
361.6.3	La decisione deve essere resa pubblica immediatamente dopo il procedimento mediante l'affissione sul tabellone ufficiale, indicando l'orario di esposizione.
362	Diritto di appello (ricorso)
362.1	L'appello
362.1.1	Può essere presentato - contro tutte le decisioni della Giuria (vedi anche art. 224.11) avverso le quali non sia possibile presentare reclamo o avverso le quali il reclamo sia stato presentato e rigettato. - Contro le classifiche ufficiali. Questo appello va presentato esclusivamente per un errore di calcolo chiaro e provato.
362.1.2	Gli appelli devono essere presentati alla FIS dalle Federazioni Nazionali (alla FISI dai CR o dai Club)
362.1.3	Termini
362.1.3.1.	Appelli verso decisioni della Giuria debbono essere presentati entro 48 ore dalla pubblicazione della classifica ufficiale.
362.1.3.2	Gli appelli verso i risultati ufficiali debbono essere presentati entro 30 giorni, incluso il giorno della gara.
362.1.4	La decisione riguardante gli appelli viene presa da - la Commissione di Appello - il tribunale della FIS - per la FISI: procura federale
362.2	Effetto di rinvio
	La prova fornita (reclamo, appello) non deve causare il differimento dell'appello.
362.3	Presentazione
	Tutte le prove vanno documentate per iscritto. Vanno allegate testimonianze e elementi di prova. Elementi di prova forniti in ritardo devono essere rigettati dalla FIS (vedi art. 225.3). Per aprire un'istanza di appello, questo deve essere accompagnato da una cauzione di 500 CHF, che sarà restituita in caso di accoglimento dell'appello. Per la FISI non è prevista alcuna tassa o spesa.

G. Gran fondo di sci di fondo (gare popolari)

- 380** **Definizione di gran fondo di sci di fondo (PCCC)**
- 380.1** **Competizioni**
- 380.1.1 Le gran fondo di sci di fondo (PCCC) sono competizioni aperte a tutti i concorrenti di sci di fondo, provvisti di licenza e non, senza limitazioni sulla distanza di gara o tipologia.
- 381** **Iscrizioni e partecipanti**
- 381.1** **Iscrizioni**
- 381.1.1 Le iscrizioni debbono essere prontamente inviate per posta elettronica o trasmissione analoga o online, secondo le regole del bando di gara/invito. Iscrizioni effettuate con anticipo possono ottenere una riduzione della quota. Una tassa aggiornata può essere applicata per le iscrizioni tardive.
- 381.2** **Tesserati**
- 381.2.1 I concorrenti tesserati sono responsabili dell'ottemperanza ai requisiti del tesseramento della propria Federazione Nazionale.
- 381.3** **Gruppi di merito**
- 381.3.1 I concorrenti possono essere distribuiti in posizioni di partenza differenti, in base al loro livello agonistico. La distribuzione in gruppi di merito può includere un gruppo di partenza elite. L'assegnazione al gruppo di elite va fatto in base ai punti FIS/FISI dei concorrenti o in base ad altri sistemi di classificazione, per i concorrenti non punteggiati FIS/FISI in base a precedenti prestazioni conosciute o su indicazione delle rispettive Federazioni Nazionali.
- 381.4** **Raggruppamento**
- 381.4.1 Gli atleti possono essere raggruppati in base ai risultati delle edizioni svolte negli anni precedenti o altre competizioni. Essi possono essere altresì raggruppati per sesso ed età o per data di effettuazione dell'iscrizione.
- 381.5** **Risultati**
- 381.5.1 Devono essere pubblicate classifiche separate per donne e uomini.
- 381.6** **Concorrenti**
- 381.6.1 Le gran fondo (PCCC) sono organizzate per il divertimento di tutti i concorrenti partecipanti. Dato che queste competizioni coinvolgono concorrenti con un'ampia gamma di esperienza e capacità, sono essenziali la sportività e la cortesia verso gli altri partecipanti. Concorrenti che tengono un comportamento antisportivo o non rispettano queste norme o le norme della competizioni, possono essere sanzionati dalla Giuria. Durante una gara popolare i concorrenti devono
- seguire il percorso segnato dalla partenza alla fine passando tutti posti di controllo
 - completare il percorso sugli sci usando solo i propri mezzi di propulsione e senza assistenza da parte di terzi
 - non ostacolare, né interferire con altri concorrenti

- fare un ragionevole sforzo per consentire il passaggio di concorrenti più veloci. Normalmente i concorrenti più lenti dovrebbero usare il binario destro o la parte destra della pista, concorrenti più veloci la sinistra.
- rispettare i regolamenti speciali della competizione (per esempio non gettare rifiuti)

381.6.2 Le categorie per età dovrebbero seguire i principi di cui al punto 341.1

381.7 Nelle gare popolari di sci di fondo iscritte a calendario della FIS/FISI Marathon Cup, tutti i concorrenti collocati nel gruppo elite debbono rispettare l'art. 207 "Pubblicità e marchi commerciali" e l'art. 222 "Attrezzatura di Gara"

381.8 L'art. 343.12.6 non si applica agli atleti al di fuori del gruppo rosso

382 Informazione

382.1 Invito

382.1.1 Il bando di gara deve riportare le seguenti informazioni

- nome della competizione
- luogo della competizione e località di riserva, se prevista
- lunghezza del percorso/percorsi e tecnica/tecniche
- data della competizione ed orario di partenza
- procedure di assegnazione ai gruppi
- termine delle iscrizioni
- tassa d'iscrizione
- informazioni per l'alloggio e trasporti
- premi e riconoscimenti
- condizioni di rimborso se la competizione è cancellata
- clausole d'assicurazione
- ogni ulteriore informazione utile o necessaria

382.2 Informazioni ai concorrenti

382.2.1 Prima della partenza della gara, i concorrenti debbono ricevere informazioni riguardo quanto segue:

- orario di partenza
- descrizione e profilo del percorso
- tecnica (e)
- informazioni sui trasporti
- adesivo d'identificazione e cartellino di controllo, se previsto
- punzonatura degli sci
- procedure di partenza
- area di riscaldamento e procedure
- dislocazione dei punti di ristoro e generi di conforto a disposizione
- procedura da seguire se uno sciatore non porta a termine la competizione
- procedura sulla linea di arrivo
- informazioni circa le procedure di emergenza medica
- tempi di sbarramento, se previsti
- consegna del vestiario e luogo del suo ritiro
- area di cambio degli indumenti, ubicazione delle docce e dei punti di ristoro
- risultati con suddivisione in gruppi e annunci

- procedure per i reclami
- premi e riconoscimenti
- procedure in caso di cancellazione della competizione con preavviso breve
- orario e luogo delle riunioni dei capisquadra e della giuria, conferenze stampa e altre riunioni
- servizi di comunicazione
- altre informazioni necessarie

384 La pista

384.1 Larghezza

384.1.1 Ogni ostacolo va rimosso dalla pista per una larghezza che consenta, come minimo, la tracciatura di un doppio binario lungo l'intero percorso. Per le competizioni in tecnica libera la larghezza deve consentire un sorpasso agevole.

384.2 Area di Partenza

384.2.1 L'area di partenza deve essere piana o pressochè piana. Deve portare direttamente sul percorso e deve essere larga a sufficienza da impedire un eccessivo affollamento. La partenza deve restringersi gradualmente fino alla larghezza della pista per una lunghezza sufficiente da consentire agli atleti di sgranarsi prima di entrare nei binari. L'area di partenza deve essere organizzata in modo da prevedere:

- punzonatura degli sci
- controllo dell'identificazione del concorrente
- controllo dei marchi commerciali
- assegnazione degli atleti ai gruppi
- servizio d'ordine.

384.3 Area di Arrivo

384.3.1 La pista deve condurre all'area di arrivo con un approccio diritto e piatto. L'area di arrivo deve essere piana e sufficientemente larga per consentire a più concorrenti di arrivare contemporaneamente senza ostacolarsi a vicenda.

Gli ultimi 200 metri devono avere una larghezza di almeno 10 metri e suddivisi in almeno 3 corsie separate da una marcatura appropriata. Se viene disputata più di una competizione (due gare su distanze diverse) sul medesimo percorso e nel medesimo orario, devono essere allestite corsie di arrivo separate per assicurare ai concorrenti in testa nella gara più lunga, di non essere ostacolati da quelli più lenti in arrivo nella gara corta. L'area di arrivo deve essere allestita ed attrezzata per le funzioni di controllo necessarie ed evitare affollamenti. La zona riservata ad intervista e cerimonia dei fiori dovrebbe essere recintata e separata dalla folla degli atleti che terminano la gara e dagli spettatori. Ristoro, accesso agli indumenti, docce o trasporti verso questi servizi devono essere chiaramente indicati in più lingue e disponibili nei pressi dell'area di arrivo.

384.4 Preparazione della pista

384.4.1 Prima della stagione

La pista deve essere curata e mantenuta in modo da assicurare che la competizione possa svolgersi in sicurezza anche con un minimo strato di neve.

384.4.2 Preparazione invernale

La pista deve essere compattata e curata nel corso di tutto l'inverno per assicurare un fondo solido per la preparazione finale.

384.4.3 **Tecnica Libera**

Per le gare in tecnica libera, la pista deve essere ben compattata e larga a sufficienza per consentire a due concorrenti di sciare affiancati. Se possibile, un solo binario può essere tracciato lungo il lato della pista. Gli ultimi 200 metri devono essere preparati con una larghezza di almeno 10 metri. Questo tratto deve essere diviso almeno in 3 corsie, separate da marcatura appropriata.

384.4.4 **Tecnica Classica**

Normalmente la pista viene tracciata con due binari. Dove la larghezza lo consente, si possono tracciare più binari. ~~In curva, i binari vanno tracciati solo se gli sci possono scorrere liberamente nel binario tracciato. Dove le curve sono troppo strette o la velocità è troppo alta per rimanere nei binari, i binari vanno rimossi.~~ Non vanno tracciati i binari nelle discese ripide o altri punti definiti dal DT e dal Direttore di gara. Nell'area di arrivo, per gli ultimi 200 metri vanno tracciati più binari possibile. In situazioni opportune, con il consenso del DT e del Direttore di gara, la pista può essere ribattuta durante la competizione.

384.4.5 **Entrambe le tecniche**

Si possono svolgere competizioni in entrambe le tecniche nel medesimo tempo e sullo stesso percorso. In questi casi, la pista per la tecnica libera deve essere separata dalla pista per il classico con demarcazione o barriere appropriate, in modo che i concorrenti in classico non abbiano l'opportunità di usare l'altra pista e viceversa. Ogni pista deve essere battuta e preparata conformemente agli artt. 383.4.3 e 384.4.4.

384.5 Misurazione e Marcatura

384.5.1 La pista della competizione deve essere misurata in lunghezza dalla partenza all'arrivo con dispositivi GPS, una catena, nastro o ruota metrica. Deve essere segnalato ogni chilometro, come pure gli ultimi 500 e 200 metri. Punti come discese ripide, curve, attraversamenti, devono essere indicati da speciale segnalistica.

384.6 Ristoro

384.6.1 I punti di ristoro devono essere allestiti approssimativamente ogni 10 km. Se il percorso è impegnativo, la distanza tra i punti di ristoro può essere ridotta. Su terreno facile, la distanza può essere aumentata. Per competizioni più lunghe di 50 km devono essere messi a disposizione diversi tipi di bevande e nutrienti.

384.6.2 Quando i membri ufficiali di una squadra riforniscono i propri concorrenti, questi devono rispettare l'art. 344.2

384.7 Layout della pista

384.7.1 Le gran fondo di sci di fondo devono essere adattate nel loro svolgimento a tutte le capacità dei concorrenti, da quello amatoriale a quello elite. Lo sviluppo della pista deve essere adattato ai livelli di capacità dei partecipanti.

384.8 Bonus sprints

384.8.1 Quando sono previsti sprint lungo il percorso, l'approccio finale allo sprint deve essere diritto per almeno 75 metri e largo a sufficienza per consentire a 2 concorrenti di sprintare appaiati. La linea del bonus sprint deve essere marcata chiaramente. Per ogni bonus sprint devono essere assegnati degli addetti al suo controllo.

385	Controlli
385.1	Procedura di controllo
385.1.1	<p>Tutti gli aspetti delle competizioni vanno controllati in modo da garantire ai concorrenti la sicurezza e la condotta corretta di gara. L'ubicazione dei posti di controllo e l'utilizzo di addetti ai controlli vanno determinati dal Direttore di gara in accordo con il DT, dando particolare attenzione a quanto segue</p> <ul style="list-style-type: none"> - controlli di tecnica, se necessari - completamento dell'intero percorso senza tagli - completamento dell'intero percorso con sci - garantire che qualsiasi supporto o assistenza fornita ai concorrenti sia conforme al presente regolamento - rispetto delle norme del presente regolamento riguardo i marchi commerciali - mettere a disposizione una pista di gara libera da ostacoli - assicurare che i concorrenti non si ostacolino o danneggino a vicenda - controlli alle posizioni sprint e sulla linea di arrivo - altri tipi di controllo se necessari.
385.1.2	I controllori devono avere la qualifica per eseguire i compiti assegnati.
386	Servizio Medico e Sicurezza
386.1	Il Capo del Servizio medico e di soccorso
386.1.1	<p>Per ogni gran fondo (PCCC), sarà nominato un Capo del Servizio medico e di soccorso. Sarà un membro del Comitato di Gara e può essere invitato alle riunioni della Giuria. Il Capo del Servizio medico e di soccorso deve essere un sanitario qualificato.</p>
386.1.2	<p>Pronto Soccorso e servizio medico</p> <p>I servizi di pronto soccorso e assistenza medica devono essere interamente operativi anche durante gli allenamenti. I dettagli sui requisiti del supporto medico sono indicati nel capitolo 1 della <i>FIS Medical Guide</i> contenente norme e linee guida in materia medica.</p>
386.2	Pianificazione
386.2.1	<p>Il Funzionario medico deve preparare un piano di emergenza e pronto soccorso, di evacuazione e notifica per ferite, incidenti o morte. Le informazioni riguardanti sia il piano sia le procedure da seguire in caso di ferite, incidenti o morte devono essere fornite sia ai concorrenti che ai Funzionari di gara.</p>
386.3	Allenamento
386.3.1	<p>Il Funzionario medico deve designare, informare e preparare un numero sufficiente di personale medico, di soccorso, di emergenza e per necessità di ordine medico dei concorrenti.</p>
386.4	Postazioni di pronto soccorso
386.4.1	<p>La dislocazione delle postazioni di pronto soccorso deve essere indicata da appropriati cartelli lungo il percorso. Inoltre vanno allestite postazioni di pronto soccorso riscaldate sia nell'area di partenza sia di arrivo.</p>

- 387** **Sanzioni, reclami e appelli (ricorsi)**
- 387.1 Come principio si applica l'art. 352. Ogni prova di un'infrazione alle regole, sottoposta entro le 48 successive all'arrivo dell'ultimo partecipante della gara principale, deve essere presa in considerazione e decisa dalla Giuria di gara entro le 72 ore dall'arrivo del primo concorrente.
- 387.2 I reclami riguardanti atleti con il codice FIS attivo possono essere fatti entro 1 ora dall'arrivo del primo concorrente della gara principale. Tale reclamo deve essere fatto secondo gli artt. 361.4 e 361.5.
- 387.3 I reclami riguardanti altri atleti possono essere fatti entro 48 ore dall'arrivo del primo concorrente della gara principale. Tale reclamo deve essere fatto secondo l'art. 361.4.
- 387.4 Il termine ultimo per fare appello (ricorso) contro una decisione di Giuria per un concorrente con codice FIS attivo scade alla mezzanotte del secondo giorno dopo la gara. I concorrenti senza codice FIS attivo non hanno diritto di appello (ricorso).
- 388** **Precauzioni per le basse temperature**
- 388.1** **Principi**
- 388.1.1 Ci sono tre fattori principali che la Giuria deve considerare in tema di sicurezza per le basse temperature: la temperatura, il tempo di esposizione, e l'abbigliamento e altre precauzioni, per sopportare un clima rigido. Questi fattori, assieme a qualsiasi altra informazione rilevante come la temperatura percepita per effetto del vento, devono essere tenuti in considerazione in caso di decisioni riguardo le basse temperature.
- 388.2** **Tra -15°C e -25°C**
- 388.2.1 Se sono previste temperature lungo tutto il percorso comprese tra -15°C e -25°C, devono essere messe a disposizione dei concorrenti delle raccomandazioni per il clima rigido. Sulla base di questa condizione è responsabilità dei concorrenti di reperire le informazioni e di seguire le raccomandazioni emesse dagli organizzatori.
- 388.3** **Da -25°C e oltre**
- 388.3.1 Se lungo la maggior parte del percorso la temperatura è di -25°C o inferiore, la competizione deve essere ritardata o cancellata.
- 388.4** **Precauzioni per le temperature elevate**
- 388.4.1 Se la temperatura prevista durante la competizione è superiore a +5°C con possibili esposizioni solari, devono essere messe a disposizione dei partecipanti delle raccomandazioni riguardo l'abbigliamento, protezione della pelle e la necessità di assumere i liquidi adeguati prima e durante la competizione. I punti di ristoro devono garantire di avere a disposizione bevande in quantità adeguata a soddisfare la maggiore domanda. Le postazioni di pronto soccorso devono essere preparate a riconoscere i segni di disidratazione e tutti i danni da esposizione solare, ed essere preparate ad adottare le misure necessarie in caso di disidratazione o eritemi solari.
- 389** **Procedura di cancellazione**

- 389.1** **Linea di condotta**
- 389.1.1 Normalmente I fattori da tenere in considerazione per la cancellazione o lo spostamento di una competizione sono: temperatura, condizioni meteo, condizioni della neve e condizioni della pista. Se la competizione viene posticipata, va concordata una nuova data con la Federazione Sci Nazionale di competenza.
- 389.1.2 Cancellazione o posticipo prima di sei giorni dalla competizione.
Se viene presa una decisione di cancellare o posticipare una competizione almeno 6 giorni prima della data della competizione originaria, il Comitato Organizzatore deve informare immediatamente le Federazioni Nazionali dello Sci, gli organi d'informazione e pubblicare l'informazione su internet. Questa decisione sarà presa dal Comitato Organizzatore dietro consultazione del DT.
- 389.1.3 Cancellazione con breve preavviso
Una cancellazione con breve preavviso viene presa 6, o meno, giorni prima della data della competizione. Comunque una competizione non può essere cancellata a meno di tre ore dall'ora di partenza programmata, ad eccezione di ragioni di sicurezza dei concorrenti e dei Funzionari (vedi art. 382.2). La cancellazione deve essere decisa dalla Giuria.
- 389.1.4 Condizioni di rimborso
Se una competizione viene posticipata, i concorrenti che hanno pagato la tassa d'iscrizione devono essere messi in grado di partecipare alla competizione posticipata senza ulteriori aggravi. Se un concorrente decide di non partecipare alla competizione posticipata, la tassa d'iscrizione non gli verrà rimborsata. Le condizioni per il rimborso in caso di competizione cancellata devono essere pubblicate nel bando di gara (art. 382.1).
- 390** **Regolamento Internazionale dello Sci**
- 390.1** **Norma fondamentale**
- 390.1.1 Tutte le questioni non trattate in questa parte G sono soggette alle disposizioni contenute nelle sezioni da A ad H del presente regolamento, 2^a Sezione.