

396 Αγώνες Ρόλλερσκι

396.1 Προσδιορισμός κανονισμών Ρόλλερσκι

- 396.1.1 Οι κανονισμοί που καλύπτονται σε αυτό το κεφάλαιο των ΚΑΧ εστιάζονται στο άθλημα του ρόλλερσκι οι οποίες είναι διαφορετικές στη μεθοδολογία που χρησιμοποιείται στο άθλημα του σκι Αντοχής, όπως περιγράφηκε στα προηγούμενα κεφάλαια.
- 396.1.2 Τα προηγούμενα κεφάλαια του ΚΑΧ θα χρησιμοποιηθούν για να καλύψουν συγκεκριμένες απαιτήσεις κανονισμών που έχουν άμεση σχέση μεταξύ των αθλημάτων Ρόλλερσκι και Σκι Αντοχής.
- 396.1.3 Επιπρόσθετα, οι βασικές αρχές και διαδικασίες των τύπων αγωνισμάτων που ισχύουν στα κεφάλαια του ΚΑΧ Σκι Αντοχής θα πρέπει να εφαρμόζονται και στο άθλημα του Ρόλλερσκι.

396.2 Τα αγωνιστικά υλικά

- 396.2.1 Τα ρόλλερ πρέπει να είναι εμπορικά προϊόντα διαθέσιμα στο δημόσιο κοινό
- 396.2.2 Τα ρόλλερς θα πρέπει να ελέγχονται τυχαία στην εκκίνηση και στον τερματισμό. **Η διάμετρος και το υλικό κατασκευής των τροχών καθώς και το μήκος του ρόλλερ θα πρέπει να ελέγχονται.**
- 396.2.3 Η διάμετρος των τροχών πρέπει να είναι όχι περισσότερο από 100mm
- 396.2.4 Το μήκος του ρόλλερ **μεταξύ των αξόνων** θα πρέπει να είναι το ελάχιστο 530 mm.
- 396.2.5 **Δύο μπαστούνια σκι αντοχής θα πρέπει να χρησιμοποιούνται**
- 396.2.6 Εγκεκριμένα ποδηλατικά κράνη και γυαλιά προστασίας θα πρέπει να φοριούνται **στη διάρκεια της επίσημης προπόνησης και του αγώνα.**
- 396.2.7 Οι μπότες θα πρέπει να δένουν στα ρόλλερ με δέστρες σκι Αντοχής
- 396.2.8 Στη διάρκεια του αγώνα, τα ρόλλερ και τα μπαστούνια μπορούν να αλλαχθούν ή να επισκευαστούν **μόνο από τους αθλούμενους χωρίς καμία εξωτερική βοήθεια παραμόνο λαμβάνοντας ανταλλακτικά ή εργαλεία.**

396.2.9 Η ΟΕ και η ΕΕ προκειμένου να εξασφαλίσουν δίκαιες και ασφαλείς συνθήκες για όλους τους αθλητές μπορούν να επιβάλουν συγκεκριμένους περιορισμούς στον εξοπλισμό (π.χ. διάμετρο τροχών). Η ενημέρωση πρέπει να γίνει στην επίσημη πρόσκληση του αγώνα.

396.2.10 Η ΟΕ μπορεί να παρέχει ρολλερσκι από επίσημο προμηθευτή για όλους τους αθλητές που θα αγωνιστούν. Αυτό θα πρέπει να γίνει γνωστό στην επίσημη πρόσκληση της αγώνα. Η διανομή των ρολλερσκι στους αθλητές μπορεί να γίνει μόνο με την παρουσία τουλάχιστον ενός μέλους της ΕΕ.

396.2.11 Εάν η ΟΕ παρέχει εξοπλισμό ρόλλερσκι, η πιθανή αλλαγή των ρολλερσκι στη διάρκεια του αγώνα μπορεί να γίνει μόνο σε επίσημο και προκαθορισμένο σταθμό.

Αγωνιστικοί τύποι και προγράμματα

396.3.1 Οι παρακάτω αγωνιστικοί τύποι και αποστάσεις μπορούν να χρησιμοποιούνται στους αγώνες και να διοργανώνονται με κλασσική ή ελεύθερη τεχνική.

| ΤΥΠΟΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΟΣ | ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΑΠΟΣΤΑΣΗ (ΧΛΜ) | ΜΗΚΟΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ (ΧΛΜ) |
|------------------------------|--|---|
| Διαλειμματική εκκίνηση | 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 |
| Ομαδική εκκίνηση | 5, 10, 15, 30, 50 | 2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 8.3, 10, 12.5, 16.7 |
| Σκίαθλον | 5+5, 7.5+7.5, 10+10, 15+15 | 2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10 |
| Καταδίωξη (2ο μέρος) | 5, 7.5, 10, 15 | 2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10 |
| Σκυταλοδρομίες (3-4 αθλητές) | 2.5, 3.3, 5, 7.5, 10 | 2.5, 3.3, 3.75, 5 |
| Ατομικό Σπριντ | 0.2-1.8 | 0.2-1.8 |
| Ομαδικό Σπριντ | 2x(3-6) x 0.8-1.8 | 0.4-1.8 |
| Μαζικός Λαϊκός Αγώνας | Χωρίς περιορισμούς | Χωρίς περιορισμούς |

Όλες οι αγωνιστικές αποστάσεις μπορούν να ποικίλουν από +/- 5%. Αγώνες με διαλειμματικές και ομαδικές εκκινήσεις και αγώνες Σκίαθλον μπορούν να πραγματοποιηθούν σε κυματιστές ή σε ανηφορικές διαδρομές. Αγώνες ατομικού σπριντ μέχρι και 200 μ. μπορούν να πραγματοποιηθούν σε επίπεδες ή ανηφορικές διαδρομές (με μέγιστο επιτρεπόμενο μέσο όρο κλίσης 10%).

396.4 Στίβος (πίστα) και Στάδιο

396.4.1 Οι αγώνες ρολλερσκι θα πρέπει να διοργανώνονται σε ασφαλικές ή όμοιες τεχνικά ή φυσικές επιφάνειες.

396.4.2 Η χάραξη μίας διαδρομής θα πρέπει να γίνεται με ύψιστη προτεραιότητα την ασφάλεια των αθλητών.

396.4.2.1 Η αγωνιστικοί στίβοι ρόλλερσκι δεν έχουν συγκεκριμένες απαιτήσεις πιστοποίησης, αλλά θα πρέπει να περιλαμβάνουν κάποια ανηφορικά τμήματα.

396.4.3 Αντικείμενα ή εμπόδια κατά μήκος ή παράπλευρα της διαδρομής θα πρέπει να μετακινούνται ή αν δεν είναι δυνατό, να σηματοδοτούνται ευκρινώς και όπου είναι αναγκαίο να καλύπτονται από στρώματα.

Στις κατηφόρες δεν πρέπει να υπάρχουν κοφτές στροφές

396.4.4 Προτεινόμενες νόρμες των στίβων

| ΤΥΠΟΣ ΑΓΩΝΙΣΜΑΤΟΣ | ΚΛΑΣΣΙΚΗ ΤΕΧΝΙΚΗ | ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΤΕΧΝΙΚΗ |
|--------------------------------------|------------------|------------------|
| Διαλειμματική εκκίνηση | | |
| Πλάτος πίστας (ελάχιστο) | 3 μ | 4 μ |
| Εκκίνηση (αριθμός διαδρόμων) | 1 | 1 |
| Τερματισμός | | |
| Συνολικό πλάτος (ελάχιστο) | 3,6 μ | 6 μ |
| Αριθμός διαδρόμων | 3 | 3 |
| Καταδίωξη | | |
| Πλάτος πίστας (ελάχιστο) | 4 μ | 6 μ |
| Εκκίνηση (αριθμός διαδρόμων) | 2 | 2 |
| Τερματισμός | | |
| Συνολικό πλάτος (ελάχιστο) | 3.6 μ | 6 μ |
| Αριθμός διαδρόμων | 3-4 | 3-4 |
| Ομαδική εκκίνηση, Σκίαθλον | | |
| Πλάτος πίστας (ελάχιστο) | 4 μ | 6 μ |
| Εκκίνηση | 2 | 2 |
| Σχήμα | Βέλος | Βέλος |
| Πλάτος περιοχής εκκίνησης (ελάχιστο) | 6 μ | 8 μ |
| Τερματισμός | | |
| Συνολικό πλάτος (ελάχιστο) | 4-5 μ | 6-8 μ |
| Αριθμός διαδρόμων | 3-4 | 3-4 |

Ο αριθμός, το πλάτος και το μήκος των διαδρομών καθορίζεται από την ΕΕ σύμφωνα με το τύπο αγωνίσματος και τη διάταξη (κλίση) που έχει η περιοχή τερματισμού (ανηφορική ή επίπεδη επιφάνεια)

396.4.5 Τα κατηφορικά τμήματα δεν πρέπει να έχουν κοφτές στροφές. Εάν μια στροφή κρίνεται επικίνδυνη, η ΟΕ και η ΕΕ πρέπει να τοποθετήσουν υλικό που επιβραδύνει την ταχύτητα των αθλητών/τριών.

396.4.6 Θα πρέπει να υπάρχουν ασφαλείς χώροι προετοιμασίας και προθέρμανσης των αθλητών κοντά στην αγωνιστική πίστα.

396.5 Γενικές προετοιμασία των αγωνιστικών διαδρομών (στίβων)

396.5.1 Η αγωνιστική διαδρομή θα πρέπει να είναι έτοιμη για αναγνώριση από τις ομάδες τουλάχιστον μια ημέρα πριν τον επίσημο αγώνα.

396.5.2 Η διαδρομή θα πρέπει να κλειστεί από κάθε είδος κυκλοφορίας. Μόνο οχήματα της Ο.Ε. και της Ε.Ε. καθώς και οχήματα ασφάλειας επιτρέπονται τόσο στη διάρκεια του αγώνα όσο και στην επίσημη προπόνηση.

396.6 Οι απαιτήσεις των αθλητών

396.6.1 Η αγωνιστική περίοδος ορίζεται από 1^η ανουαρίου ως 31^η Δεκεμβρίου.

396.6.2 Μέθοδοι ομαδοποίησης

396.2.1 Η σειρά εκκίνησης των αθλητών καθορίζεται από τους βαθμούς ΕΟΧΑ ή FIS. Η Ε.Ε. μπορεί να αποφασίσει η σειρά εκκίνησης να γίνει με άλλον τρόπο.

396.7 Σταθμοί ανεφοδιασμού

396.7.1 Η τροφοδοσία των αθλητών σε αγώνα μέχρι 8 χλμ επιτρέπεται να γίνεται στο χώρο του τερματισμού, μετά την γραμμή τερματισμού.

396.7.2 Σε αγώνες μακρύτερους των 8 χλμ και μικρότερους των 30 χλμ, οι σταθμοί ανεφοδιασμού επιτρέπονται κατά μήκος της διαδρομής χωρίς τη χρήση οχημάτων. Σε αγώνες μακρύτερους των 30 χλμ. μπορούν να χρησιμοποιηθούν μοτοσυκλέτες σε συνεννόηση με την ΕΕ.

396.7.3 Σε αγώνες με αναβάσεις η ΕΕ αποφασίζει την ακριβή τοποθεσία των σταθμών ανεφοδιασμού.

396.8 Απαιτήσεις Εκκίνησης και Τερματισμού

396.8.1 Η γραμμή εκκίνησης, τερματισμού και ζώνη αλλαγής θα πρέπει να είναι χαραγμένες στην επιφάνεια.

396.8.1.2 Σε αγώνες ελευθερης τεχνικής με ομαδική εκκίνηση η ζώνη απαγόρευσης του σκέιτ πρέπει να είναι εμφανώς χαραγμένη μετά την εκκίνηση.

396.8.1.3 Σε αγώνες ελευθερης τεχνικής με ομαδικές εκκινήσεις, η ζώνη που απαγορεύεται το σκέιτ, θα πρέπει να μαγνητοσκοπείται με τουλάχιστον δύο βίντεο κάμερες.

396.8.1.4 Θα πρέπει να υπάρχει ενδοεπικοινωνία μεταξύ τερματισμού και εκκίνησης

396.8.2 Χώρος τερματισμού

396.8.2.2 Σε διεθνείς αγώνες και ο χώρος των διαδρόμων τερματισμού, θα πρέπει να μαγνητοσκοπείται με τουλάχιστον δύο βίντεο κάμερες. Τα στοιχεία καταγραφής θα πρέπει να είναι στη διάθεση της ΕΕ.

396.8.2.3 Η ζώνη τερματισμού η οποία ακολουθεί τη γραμμή τερματισμού θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 70 μ για τα αγωνίσματα σπριντ. Για τα αγωνίσματα απόστασης η Ε.Ε. θα αποφασίσει για αυτό. Η γραμμή ελέγχου πρέπει να είναι μετά την ζώνη τερματισμού. Οι αθλητές δεν επιτρέπεται να βγάλουν τα ρολλερσκι πριν περάσουν την γραμμή ελέγχου.

396.8.2.4 Εκκίνηση τερματισμός και ζώνη αλλαγής θα πρέπει να είναι φραγμένοι, και να κυκλοφορούν μόνο εξουσιοδοτημένα πρόσωπα.

396.9 Ζώνη αλλαγής

396.9.1 Η ζώνη αλλαγής των σκυταλοδρομιών και ομαδικών sprint θα πρέπει να έχει τουλάχιστον 30 μ μήκος και 15 μ πλάτος.

396.9.2 Η ζώνη αλλαγής θα πρέπει να είναι ευδιάκριτα χαραγμένη με γραμμή στο ξεκίνημα της. Όταν ο μπροστινός τροχός του αθλητή που πλησιάζει περάσει τη γραμμή αλλαγής, ο αθλητής που ακολουθεί από την ίδια ομάδα έχει το δικαίωμα να ξεκινήσει. εταξύ των αθλητών της ίδιας δεν απαιτείται σωματική επαφή.

396.10. Κλασσική ρολλερσκι τεχνική

396.10.1 Η κλασσική ρολλερσκι τεχνική συμπεριλαμβάνει το διαγώνιο διασκελισμό, τη διπλομπαστουριά, τις τεχνικές στροφών και κατηφόρας.

396.10.2 Η τεχνική των στροφών περιλαμβάνει βήματα (με ένα ρολλερσκι) και σπρωξίματα (με άλλο ρολλερσκι) με σκοπό την αλλαγή κατεύθυνσης. Τεχνικές στροφών με σπρωξίματα επιτρέπονται σε οριοθετημένες ζώνες ή όταν γίνεται προσπέραση άλλων αθλητών.

396.10.3 Μονό ή διπλό σκέιτ δεν επιτρέπεται.