

POLSKI ZWIĄZEK NARCIARSKI
Wydział Sędziowski

**NARCIARSKI
REGULAMIN SPORTOWY
(NRS)**

ZESZYT I

BIEGI NARCIARSKIE

Rozdział I	Przepisy ogólne dotyczące wszystkich zawodówstr. 9
Rozdział II	Zawody biegowestr. 48
A.	ORGANIZACJAstr. 48
B.	ZAWODY BIEGOWE.....str. 57
C.	RODZAJE ZAWODÓW.....str. 77
D.	ZAWODY I ZAWODNICZY str. 92
E.	BRAK POZWOLEŃ, KARY, DYSKWALIFIKACJE.....str. 99
F.	PROTESTY I ODWOŁANIAstr. 102
G.	WSKAZÓWKI DLA BIEGÓW POWSZECHNYCH.....str. 105
H.	ZAWODY NA NARTOROLKACHstr. 113

KRAKÓW 2019

OPRACOWANIE

Leszek Krzeszowiak

POPRAWKI

dr Zofia Stefania Kiełpińska

Jakub Michalczuk

Anna Guzik

SKŁAD I DRUK

Grupa Press Art Wieliczka

Spis treści

Rozdział I

200.	Przepisy wspólne dotyczące wszystkich zawodów	9
201.	Klasyfikacja i rodzaj zawodów	10
201.A	Podział zawodów PZN	11
202.	Kalendarz FIS i PZN	12
203.	Licencje FIS/PZN.....	15
204.	Kwalifikacje zawodników	16
205.	Obowiązki i prawa zawodników	17
206.	Reklama i sponsorzy	18
207.	Sprzęt sportowy oraz znaki handlowe	20
208.	Stosowanie praw związanych z mediami elektronicznymi	22
209.	Prawa filmowe	26
210.	Organizacja zawodów	26
211.	Organizacja	26
212.	Ubezpieczenia.....	27
213.	Program	28
214.	Zapowiedź zawodów	28
215.	Zgłoszenia	29
216.	Odprawa kierowników drużyn.....	30
217.	Losowanie.....	31
218.	Ogłaszanie wyników.....	32
219.	Nagrody	34
220.	Przedstawiciele firm i wyposażenia oraz obsługa serwisu	34
221.	Badania lekarskie i antydopingowe.....	35
222.	Wyposażenie zawodników.....	36
223.	Sankcje	37
224.	Przepisy proceduralne	39
225.	Komisja apelacyjna.....	42
226.	Naruszenie sankcji.....	43
227.	W kraju	44
228.	Postanowienia specjalne.....	45
229.	Obniżenie wymagań NRS	45
230.	Weryfikacja zawodów	45
231.	Sędziowie.....	45

Rozdział II

300.	ZAWODY BIEGOWE	48
A.	ORGANIZACJA	48
301.	Komitety Organizacyjny (KO).....	48
302.	Funkcyjni zawodów	48
303.	Jury i jego obowiązki	52

304.	Ustalenia odnośnie zwrotu kosztów.....	56
305.	Odprawa kierowników drużyn.....	57
B.	ZAWODY BIEGOWE	59
310.	Formaty zawodów i programy	59
311.	Trasy zawodów biegowych	61
312.	Stadion biegowy	66
313.	Oficjalne zgłoszenia do organizatora.....	68
314.	Kolejność startu	70
315.	Procedury startowe	72
316.	Mierzenie czasu	75
317.	Wyniki	77
C.	RODZAJE ZAWODÓW	78
321.	Start indywidualny	78
322.	Start wspólny.....	79
323.	Bieg łączony – (Skiathlon).....	80
324.	Bieg podwójny (Pursuit).....	82
325.	Zawody indywidualne w sprincie.....	83
326.	Sztafeta sprinterska (Team Sprint).....	88
327.	Biegi sztafetowe	91
D.	ZAWODY I ZAWODNICZY	94
341.	Wymagania stawiane zawodnikom.....	94
342.	Badania lekarskie.....	95
343.	Odpowiedzialność zawodników	95
344.	Funkcyjni i inne osoby podczas zawodów.....	98
E.	BRAK POZWOLEŃ, KARY	100
351.	Brak pozwoleń na start.....	100
352.	Sankcje	100
F.	PROTESTY I ODWOŁANIA.....	103
361.	Protesty	103
362.	Prawo do odwołania	105
G.	WSKAZÓWKI DLA BIEGÓW POWSZECHNYCH.....	106
380.	Definicja zawodów w biegach powszechnych	106
381.	Zgłoszenia i zawodnicy	106
382.	Informacja	107
384.	Trasa	108
385.	Kontrola.....	111
386.	Opieka medyczna i bezpieczeństwo	111
387.	Sankcje protesty i odwołania.....	112
388.	Zalecenia na wypadek szczególnie zimnej pogody.....	112
389.	Odwołanie zawodów.....	113
390.	Międzynarodowe przepisy narciarskie (ICR).....	114
H.	Zawody na nartorolkach	115

Wstęp

Narciarski Regulamin Sportowy (w skrócie: NRS) jest zbiorem przepisów dotyczących organizacji i przeprowadzania zawodów narciarskich w Polsce. W NRS wykorzystano postanowienia Międzynarodowego Regulaminu Zawodów Narciarskich (w skrócie ICR-ang./ IWO- niem.) w brzmieniu dosłownym.

Wprowadzono identyczne artykuły i ich kolejność z tym, że treść została wzbogacona o dodatkowe artykuły lub podpunkty dostosowane do warunków krajowych.

W roku 2009 opracowano nowe przepisy NRS w biegach narciarskich, kombinacji norweskiej i zjazdach, zmieniono także format wydawnictwa z A5 na B5 oraz grafikę i okładki.

Podkreślić należy, że szeroko zostały opracowane artykuły omawiające organizacyjne przygotowania międzynarodowych zawodów narciarskich, Igrzysk Olimpijskich, Mistrzostw Świata i Pucharów Świata oraz innych zawodów FIS i krajowych, co w znacznej mierze powinno ułatwić pracę organizatorów zawodów, sędziów i trenerów oraz przekazać informacje dla zawodników.

Zasób przepisów zawartych w Narciarskim Regulaminie Sportowym jest niezbędnym materiałem do przygotowania i przeprowadzenia zawodów, najwyższej rangi, międzynarodowych a przede wszystkim krajowych.

W zawodach niższej rangi przepisy te stanowią bazę wyjściową dopuszczającą drobne odstępstwa czy też uproszczenia wynikające z określonych warunków. W każdym przypadku należy przestrzegać warunków bezpieczeństwa! W tych zawodach obsada organizacyjna i sędziowska może być ograniczona do niezbędnego minimum. **W każdym wypadku konieczna jest decyzja DT i jury.**

Nieustanny rozwój dyscyplin narciarskich i snowboardowych oraz ciągle zmiany przepisów zmuszają nas do wielokrotnego drukowania zmian i poprawek, a nawet wydawania nowych przepisów.

Od roku 2015 wprowadziliśmy na stronie internetowej www.pzn.pl zaktualizowane przepisy NRS i ICR. Stworzona została nowa zakładka NRS/ICR, która znajduje się pod adresem: <http://pzn.pl/strefa-pzn/nrs-icr/>

Przepisy są do pobrania bezpłatnie na mobilne urządzenia przenośne /tablety, smartfony, laptopy itp.../

Przepisy te są aktualizowane na bieżąco za zmianami w FIS.

W dalszym ciągu obowiązują przepisy w formie drukowanej i będziemy je wydawać okresowo.

UWAGA: Na każdych zawodach muszą być do dyspozycji drukowane przepisy NRS oraz Wytyczne Sportowe na dany sezon.

NRS został opracowany w czterech zeszytach:

Zeszyt I - biegi

Zeszyt II - skoki i kombinacja norweska

Zeszyt III - zjazdy

Zeszyt IV - snowboard

Motto

***Jeżeli przyjmujesz funkcję w Komitecie Organizacyjnym
lub sędziowską zapoznaj się z wytycznymi sportowymi
i przeczytaj odpowiednie paragrafy
Narciarskiego Regulaminu Sportowego (NRS)***

Polski Związek Narciarski
Ul. Mieszczańska 18/3
30-313 Kraków
Tel.: (+48) 12 260 99 70
Fax: (+48) 12 269 71 12
e-mail: office@pzn.pl, www.pzn.pl

Wykaz zastosowanych skrótów i symboli:

Art.	- artykuł
BA	- Big Air (snowb.)
Backside	- krawędź tylna „jazda na piętach”
CA	- kąt trasy
C w ICR C i F	- technika klasyczna
CL (m)	- długość trasy
CHF	- franki szwajcarskie
CHI	- Children - dzieci
COC	- Puchar Kontynentalny
Competition – Level	- poziom zawodów (Snowb.)
DH	- zjazd
DT	- delegat techniczny
As. DT	--asystent delegata technicznego
DT FIS	- delegat techniczny FIS
DNF	- nieobecny na mecie
DNS	- nieobecny na starcie
DSQ	- dyskwalifikacja
Drop In	- obszar wjazdu do Half Pipe’u (Snowb.)
EYOF	- Europejski Młodzieżowy Festiwal Olimpijski
F	- technika dowolna
ff	- seria paragrafów
FIS	- Międzynarodowa Federacja Narciarska
FIS-punkty	- punkty klasyfikacyjne zawodników i juniorów
Flipt	- salta
Frontside	- krawędź przednia „jazda na palcach” (Snowboard)
FS	- frontside
Goofy	- prawa noga w przodzie (Snowboard)
LGP	- Letnie Grand Prix
GPJ	- Grand Prix Juniorów
Grabys	- chwyt
GS	- Slalom gigant
HP	- Halfpipe (Snowboard)
HS	- maksymalna wielkość skoczni (Hill Size)
PZN	- Polski Związek Narciarski
OZN/ZW	- Okręgowy Związek Narciarski/ Związek Narciarski
Inclination	- nachylenie
IOC, MKOI	- Międzynarodowy Komitet Olimpijski
ICR	-międzynarodowe przepisy narciarskie (ang.)
IWO	- międzynarodowe przepisy narciarskie (niem.)
NRS	- Narciarski Regulamin Sportowy
POL-punkty	- punkty klasyfikacyjne. w kraju juniorów mł. i młodzików
M	- mężczyźni
MIO	- Młodzieżowe Igrzyska Olimpijskie
MP	- Mistrzostwa Polski
MPA	- Mistrzostwa Polski Amatorów
MŚS	- Mistrzostwa Świata Seniorów

MŚJ i U23	- Mistrzostwa Świata Młodzieżowców
MŚ KN	- Mistrzostwa Świata w Kombinacji Norweskiej
MŚL	- Mistrzostwa Świata w lotach
ME	- Mistrzostwa Europy
HS	- maksymalna wielkość skoczni (Hill Size)
K	- kobiety
Kicker	- wybicie (Snowboard)
kL	- koszty leczenia
KN	- kombinacja norweska
KZ	- kierownik zawodów
KO	- komitet organizacyjny zawodów
WS PZN	- Wydział Sędziowski PZN
KS PZN	- Komisja Sędziowska PZN
KDT PZN	- Komisja delegatów technicznych PZN
KS OZN/ZW	- Komisja Sędziowska Okręgu/Związku
max.	- maximum
min.	- minimum
NNW	- ubezpieczenia od nieszczęśliwych wypadków
NAP	- zawody krajowe
NC	- mistrzostwa krajowe
„O”	- sędzia orzekający
Obmann	- rzecznik sędziów FIS
Overall Impression	- Ogólne wrażenie (Snowboard)
OZN	- Okręgowy Związek Narciarski
PAR	- konkurencje równoległe (Snowboard)
PGS	- Slalom Gigant równoległy (Snowboard)
Pro – jumps	- stopnie (Snowboard)
PŚ	- Puchar Świata
PŚL	- Puchar Świata w lotach
PSL	- Slalom równoległy (Snowboard)
Regular	- lewa noga w przodzie (Snowboard)
SA (m)	- obszar startu
SBS	- Slopestyle (Snowboard)
SBX	- Snowboard Cross (Snowboard)
SBX Team	- Snowboard Cross Team (Snowboard)
SG	- Super Slalom Gigant
SL	- Slalom
SP (m)	- platforma startowa (Snowboard)
SW (m)	- szerokość trasy
Swith	- jazda na drugą nogę (Snowboard)
TSL	- Slalom Potrójny
VD (m)	- różnica poziomów
SFIS	- sędzia orzekający FIS
ZIO	- Igrzyska Olimpijskie
ZN	- Związek Narodowy
ZW	- Związek Narciarski (krajowy)

ROZDZIAŁ I

200 Przepisy wspólne dotyczące wszystkich zawodów

- 200.1 Wszystkie zawody zgłoszone do kalendarza FIS muszą być przeprowadzone zgodnie z regulaminem FIS (ICR).
- 200.1.1 Wszystkie zawody umieszczone w kalendarzu imprez PZN muszą być przeprowadzone zgodnie z przepisami NRS.
- 200.1.2 Zawody z ograniczonym udziałem oraz dla nie stowarzyszonych mogą być przeprowadzane według specjalnych przepisów. Jednak podstawowe przepisy ICR i NRS muszą być zachowane. Nieznaczące odstępstwa od przepisów ICR i NRS muszą być podane do wiadomości w pisemnych zaproszeniach (zapowiedzi zawodów).
- 200.1.3 Organizatorzy, którzy w normalnych warunkach atmosferycznych tak źle przygotowują i przeprowadzają zawody międzynarodowe lub krajowe, że z tego powodu przez jury lub DT muszą być odwołane, mogą być ukarani przez władze FIS lub PZN jednorazowym zakazem organizowania podobnych zawodów.
- 200.1.4 Organizatorzy, którzy organizują i przeprowadzają zawody niezgodnie z przepisami będą karani jednorazowym zakazem organizowania zawodów.
- 200.1.5 Prawo interpretacji postanowień NRS i regulaminu zawodów oraz rozstrzygania w sprawach nieuregulowanych w NRS przysługuje Wydziałowi Sędziowskiemu PZN.
- 200.1.6 W czasie trwania zawodów uprawnienia wynikające z art. 201.5 przysługują jury.
- 200.1.7 Materiałami uzupełniającymi do NRS są wydawane przez PZN wytyczne sportowe na każdy sezon.
- 200.2 **Organizacja i przeprowadzanie zawodów.** Organizacja zawodów w różnych dyscyplinach narciarskich jest przeprowadzana zawsze w oparciu o regulaminy i przepisy przewidziane dla danej dyscypliny.
- 200.3 W zawodach międzynarodowych wpisanych do kalendarza FIS mają prawo uczestniczyć zawodnicy, posiadający ważną licencję FIS i wchodzący w skład aktualnego limitu dla danego związku narodowego, będącego członkiem FIS.
- 200.3.1 **W zawodach krajowych** wpisanych do kalendarza PZN mają prawo uczestniczyć zawodnicy, posiadający aktualną licencję PZN, zgłoszeni prawidłowo przez klub, który jest członkiem PZN.
- 200.4 **Specjalne upoważnienia.** Rada FIS może upoważnić związek narodowy do ustalenia przepisów do organizacji zawodów narodowych i międzynarodowych

według innych kryteriów kwalifikacyjnych pod warunkiem, że nie przekroczą one granic obowiązujących regulaminów.

- 200.4.1 PZN może upoważnić organizatora zawodów do ustalenia innych kryteriów kwalifikacyjnych.
- 200.5 **Kontrola.** Wszystkie zawody międzynarodowe umieszczone w kalendarzu FIS muszą być nadzorowane przez Delegata Technicznego FIS.
- 200.5.1 Wszystkie zawody **krajowe** umieszczone w kalendarzu PZN muszą być nadzorowane przez wyznaczonego Delegata Technicznego PZN.
- 200.6 Wszystkie sankcje dyscyplinarne nałożone na danego zawodnika, oficjela czy trenera i podane do wiadomości będą uznawane obopólnie przez FIS i NZ.
- 200.6.1 Każda sankcja dyscyplinarna nałożona na zawodnika, oficjela czy trenera i podana do wiadomości będzie uznawana obopólnie przez przez FIS i NZ, w kraju przez PZN i klub.

201 Klasyfikacja i rodzaj zawodów

- 201.1 **Zawody o szczególnym regulaminie (i/lub z ograniczonym udziałem).** Związki narodowe, należące do FIS lub upoważnione przez nie kluby mogą zapraszać na organizowane przez siebie zawody, związki lub kluby sąsiednich krajów. Takie zawody jednak nie mogą być ogłaszane, ani nazywane zawodami międzynarodowymi. Ograniczenie udziału powinno być jasno określone w zapowiedzi zawodów.
- 201.1.1 **Zawody krajowe** z ograniczonym udziałem lub dla nie stowarzyszonych mogą być przeprowadzone według specjalnych przepisów, ale informacja szczegółowa na ten temat musi być podana w programie zawodów.
- 201.2 **Zawody dla nie stowarzyszonych.** Rada FIS może swojemu zrzeszonemu związkowi narciarskiemu wydać zezwolenie na zaproszenie do udziału w zawodach organizacji nie zrzeszonych w FIS (np. wojsko) oraz na akceptowanie zaproszeń.
- 201.3 **Podział zawodów FIS**
 - 201.3.1 Zimowe Igrzyska Olimpijskie, Mistrzostwa Świata Seniorów FIS, Mistrzostwa Świata Juniorów FIS.
 - 201.3.2 Puchary Świata FIS.
 - 201.3.3 Puchary Kontynentalne FIS.
 - 201.3.4 Zawody Międzynarodowe FIS.

- 201.3.5 Zawody ze specjalnymi przepisami.
- 201.3.6 Zawody dla nie zrzeszonych w FIS.
- 201.A **Podział zawodów PZN**
Zawodami PZN są Mistrzostwa Polski PZN, eliminacje ogólnopolskie i zawody ujęte w kalendarzu centralnym PZN. Zawodami okręgowych związków narciarskich są ich mistrzostwa i zawody organizowane przez kluby na zlecenie OZN/ZW
- 201.A.1 **Zawody centralne.** PZN zalicza do zawodów centralnych wszystkie zawody umieszczone w kalendarzu centralnym PZN.
- 201.A.2 **Zawody ogólnodostępne i zamknięte.** W zawodach ogólnodostępnych mogą startować wszyscy zawodnicy PZN. W zawodach zamkniętych mogą startować tylko, określone regulaminem, grupy zawodników. Organizator zawodów zamkniętych może swoje zawody ogłosić jako otwarte i w takich zawodach mogą startować wszyscy zawodnicy PZN.
- 201.A.3 **Zawody z udziałem zawodników nie zarejestrowanych.**
PZN, względnie OZN mogą same przeprowadzić lub upoważnić klub do przeprowadzenia zawodów przy udziale zawodników zarejestrowanych i nie zarejestrowanych, przy czym zawodnicy nie zarejestrowani muszą się legitymować „zdolnością do startu”, zaświadczeniem wystawionym przez lekarza lub poradnię sportowo-lekarską względnie przez lekarza zawodów (o ile organizator przewiduje przeprowadzenie badań lekarskich we własnym zakresie).
- 201.4 **Dyscypliny FIS/PZN**
Dyscyplina jest działem sportu i zawiera jedną lub kilka **konkurencji**, np. biegi narciarskie są dyscypliną, a sprint konkurencją itp.
- 201.4.1 *Wprowadzenie nowych dyscyplin do zawodów FIS*
Nowe dyscypliny, składające się z jednej lub kilku konkurencji uprawiane przynajmniej w 25 krajach na trzech kontynentach mogą wejść do programu FIS.
- 201.4.2 *Wyłączenie dyscyplin z programu FIS.*
Jeżeli dyscyplina nie jest uprawiana przynajmniej przez dwanaście krajowych związków narciarskich minimum na dwóch kontynentach, Kongres FIS może wyłączyć dyscyplinę z Międzynarodowego Związku Narciarskiego.
- 201.5 **Konkurencje FIS/PZN**
Konkurencję stanowią zawody w sporcie lub jednej z dyscyplin i ma to swoje odbicie w rankingu światowym, a wyniki sportowe podlegają klasyfikacji i są nagradzane medalami lub/i dyplomami.
- 201.6 **Rodzaje zawodów narciarskich.** W zakres międzynarodowych (i w większości krajowych) zawodów narciarskich wchodzi:
-
-

- 201.6.1 konkurencje klasyczne: biegi, biegi na nartorolkach, skoki narciarskie, loty narciarskie, kombinacja norweska, kombinacja norweska drużynowa, kombinacja norweska z biegiem na nartorolkach, skoki drużynowe, skoki na skoczniach pokrytych sztuczną nawierzchnią, biegi powszechne,
- 201.6.2 konkurencje zjazdowe: zjazd, slalom, slalom gigant, super-G, zawody równoległe, kombinacje alpejskie, KO, zawody drużynowe,
- 201.6.3 zawody w stylu dowolnym (Freestyle): jazda po muldach, jazda równoległa po muldach, skoki, cross narciarski, jazda w rynnie (Halfpipe), akrobacje,
- 201.6.4 snowboard.: slalom, slalom równoległy, slalom gigant, slalom gigant równoległy, super-G, halfpipe, cross, big air, slopestyle, zawody drużynowe
- 201.6.5 Telemark,
- 201.6.6 narciarstwo na firnie,
- 201.6.7 zawody szybkościowe na nartach,
- 201.6.8 narciarstwo na trawie,
- 201.6.9 zawody narciarskie w kombinacji z innymi dyscyplinami sportu,
- 201.6.10 zawody dla dzieci, dla weteranów, dla niepełnosprawnych, itd.
- 201.7 **Program Mistrzostw Świata**
- 201.7.1 Aby zawody mogły być wprowadzone do programu Mistrzostw Świata muszą być ogólnie uznawane na Świecie i sprawdzone przez 2 sezony w Pucharze Świata zanim zapadnie decyzja o ich wprowadzeniu do programu.
- 201.7.2 Konkurencje są wprowadzane nie później niż 3 lata przed Mistrzostwami Świata.
- 201.7.3 Pojedyncza konkurencja nie może nadmiernie wpływać na punktację indywidualną i drużynową.
- 201.7.4 Medale na Mistrzostwach Świata i Mistrzostwach Świata Juniorów są przyznawane we wszystkich dyscyplinach (alpejskich, klasycznych, snowboardzie, narciarstwie: dowolnym, na trawie, nartorolkach, szybkościowym, telemarku), jeżeli są uprawiane minimum przez 8 krajów uczestniczących w zawodach drużynowych i 8 krajów w zawodach indywidualnych.

202 Kalendarz FIS i PZN

- 202.1 **Kandydatury i zgłoszenia.**

- 202.1.1 Każdy związek narodowy ma prawo złożenia wniosku (zgłoszenia swojej kandydatury) na organizację Narciarskich Mistrzostw Świata FIS zgodnie z regulaminem FIS, dotyczącym organizacji MŚS.
- 202.1.1.1 **W kraju** każdy okręg, klub lub organizacja ma prawo zgłoszenia wniosku do PZN, na organizację Mistrzostw Polski, zgodnie z regulaminem NRS oraz wytycznymi sportowymi. Wnioski rozpatruje Wydział Sportowy PZN.
- 202.1.2 Zgłoszeń wszystkich zawodów do kalendarza imprez międzynarodowych dokonuje się poprzez związki narodowe do FIS, które na konferencji kalendarzowej FIS zostają ogłoszone.
- 202.1.2.1 Aplikacje narodowych związków narciarskich dodawane są do kalendarza FIS przez stronę internetową www.fis-ski.com /zakładka członk sekcyj/ dla zarejestrowanych członków: do 31 sierpnia (dla półkuli południowej do 31 maja).
- 202.1.2.2 *Przydział zawodów*
Przydział zawodów dla narodowych związków odbywa się na drodze elektronicznego porozumienia pomiędzy narodowym związkiem narciarskim a FIS. W przypadku zawodów o Puchar Świata wnioski przekłada kierownictwo Komisji technicznej PŚ.
- 202.1.2.3 *Homologacje*
Zawody umieszczone w kalendarzu FIS mogą odbywać się tylko na trasach posiadających homologację. We wnioskach o umieszczenie w kalendarzu FIS musi być podany numer homologacji.
- 202.1.2.4 *Ogłoszenie kalendarza FIS*
FIS publikuje ważny kalendarz imprez 1 lipca na stronie internetowej www.fis-ski.com Odwołania, przeniesienia i inne zmiany będą po otrzymaniu informacji aktualizowane przez FIS.
- 202.1.2.5 *Przesunięcia*
W przypadku konieczności przesunięcia zawodów umieszczonych w kalendarzu FIS należy powiadomić FIS i wysłać ponowne zawiadomienie/ zaproszenie do narodowych związków, inaczej zawody nie będą uznane do FIS punktów.
- 202.1.2.6 *Opłaty kalendarzowe*
Oprócz obowiązującej rocznej składki członkowskiej FIS, Kongres FIS ustala wysokość opłaty kalendarzowej na każdy sezon i zawody publikowane w kalendarzu FIS, którą należy uiścić. Każdy organizator, który zgłasza do FIS dodatkowe zawody później niż 30 dni przed terminem zawodów musi zapłacić, do opłaty kalendarzowej, dodatek w wysokości 50%. Wszystkie opłaty według rachunku będą potrącone z konta narodowego. Na początku sezonu każdy związek narodowy otrzymuje rachunek ryczałtowy z 70% całego rachunku za poprzedni sezon.

Na koniec sezonu każdy związek otrzymuje rachunek detaliczny za wszystkie zawody zarejestrowane w sezonie. Saldo będzie niezwłocznie rozliczone na koncie odpowiedniego związku.

- 202.1.2.7 Wysokość opłat kalendarzowych **w kraju** jest podawana w wytycznych sportowych PZN, przed sezonem.
- 202.1.3 *Mianowanie organizatora zawodów*
W przypadku kiedy związek narodowy mianuje organizatora zawodów np. jakiś klub, musi otrzymać pisemne potwierdzenie od organizatora, czyli zawrzeć umowę. Zgłoszenie zawodów do kalendarza międzynarodowego przez narodowy związek oznacza, że umowa z komitetem organizacyjnym zawodów została zawarta.
- 202.2 **Organizacja zawodów w innych krajach**
Zawody organizowane w innych krajach mogą być wprowadzone do kalendarza imprez FIS pod warunkiem uzyskania zgody od narodowego związku narciarskiego kraju, w którym te zawody są przewidziane.
- 202.3 **Ogłoszenie kalendarza imprez PZN**
- 202.3.1 PZN, po otrzymaniu kalendarza imprez międzynarodowych z FIS, ustala przy udziale komisji sportowych PZN terminy i miejsca zawodów centralnych do **15 lipca** i o powyższym powiadamia Okręgi /Związki.
- 202.3.2 Okręgi/Związki, otrzymany kalendarz z PZN przesyłają do klubów z wezwaniem do złożenia do **31 lipca** wniosków w sprawie organizacji zawodów przez kluby. Następnie Okręgi/Związki ustalają definitywnie kalendarz imprez organizowanych na ich terenie, który przesyłają do PZN do **15 sierpnia**. Dotyczy to także zgłoszenia zawodów powszechnych. Organizatorzy ważniejszych **zawodów powszechnych** powinni je zgłaszać do PZN, bez zaproszenia.
- 202.3.3 PZN powinien bezzwłocznie zawiadomić Okręgi/Związki o ewentualnie przeprowadzonych zmianach, a te kluby na swoim terenie.
- 202.3.4 Organizowanie zawodów nieumieszczonych w okręgowym kalendarzu zawodów wymaga zgłoszenia ich w OZN/ZW, co najmniej na 15 dni przed terminem zawodów. OZN ma prawo nie wyrazić zgody na przeprowadzenie nowo zgłoszonych zawodów, gdy jego zdaniem termin i miejsce kolidują z innymi, wcześniej zgłoszonymi, zawodami.
- 202.3.5 Wysokość opłat kalendarzowych **w kraju** jest podawana w wytycznych sportowych PZN, przed sezonem.
- 202.3.6 Mianowanie organizatora zawodów: PZN zleca organizację najważniejszych zawodów Związkowi, Okręgom i Klubom w kraju i musi otrzymać potwierdzenie od organizatora.

- 202.3.7 W przypadku konieczności przesunięcia zawodów umieszczonych w centralnym kalendarzu PZN organizator musi powiadomić PZN oraz wyznaczonych przez Wydział Sędziowski sędziów (DT, DTA, O, Roz. i in) oraz podać nowe ustalenia, pod warunkiem nieuznania zawodów.

203 Licencje FIS/PZN

Licencja do udziału w zawodach FIS (licencja FIS) jest wydawana przez Krajowy Związek Narciarski, zawodnikom którzy spełnili kryteria udziału przez rejestrację w dyscyplinach FIS.

Licencje do startu w zawodach PZN – patrz wytyczne PZN.

- 203.1 Licencja FIS jest ważna jeden rok: od 1 lipca do 30 czerwca następnego roku.
- 203.1.1 Licencja PZN jest ważna jeden rok: od 1 lipca do 30 czerwca następnego roku.
- 203.2 Każdy zawodnik chcący startować w międzynarodowych zawodach FIS, musi posiadać aktualną licencję wystawioną przez jego macierzysty związek narodowy. Licencja jest ważna przez jeden rok dla strefy północnej oraz południowej i rozciąga się na udział w zawodach w konkretnym kraju, lub w jednym lub kilku określonych zawodach.
- 203.2.1 Związek krajowy musi gwarantować że wszyscy zawodnicy posiadający licencję FIS, akceptują zasady/regulamin międzynarodowej federacji narciarskiej, a w szczególności postanowienia odnośnie wyłącznych kompetencji Trybunału Arbitrażowego Sportu (Court of Arbitration for Sport) jako właściwego sądu apelacyjnego d/s. dopingu.
- 203.2.2 **Każdy zawodnik chcący startować w zawodach krajowych musi akceptować regulaminy PZN i posiadać aktualną licencję wystawioną przez PZN. Licencja może być wydana tylko zawodnikowi, który podpisał wniosek zatwierdzony przez PZN i złożył go w Biurze PZN.**
- 203.3 Związek narodowy ma prawo wydania licencji FIS jedynie temu zawodnikowi, który podpisał „Deklarację zawodniczą” i złożył ją w siedzibie związku. Wszystkie dokumenty nieletnich zawodników muszą być podpisane przez opiekunów prawnych.
- 203.4 W okresie licencyjnym FIS, zawodnik może brać udział w międzynarodowych zawodach FIS z licencją na udział w zawodach FIS wydaną tylko przez jeden macierzysty związek narodowy.
- 203.5 *Wniosek o zmianę licencji FIS*
Wszystkie podania dotyczące zmiany licencji związku narciarskiego jednego kraju na inny są rozważane przez Zarząd FIS co roku na konferencji wiosennej.

Zawodnik może otrzymać zgodę po przedłożeniu dokumentów uzasadniających związek z nowym krajem. Musi posiadać obywatelstwo i paszport nowego kraju oraz zamieszkiwać w nim minimum dwa lata. Wyjątkiem jest sytuacja kiedy zawodnik urodził się w tym kraju lub matka albo ojciec mają obywatelstwo tego kraju. Zawodnik dodatkowo musi złożyć dokładne wyjaśnienie odnośnie jego sytuacji osobistej i powodów dla których pragnie zmienić obywatelstwo i przystąpić do nowego związku narciarskiego w nowym kraju.

- 203.5.1 Jeżeli zawodnik startował w zawodach FIS musi dostarczyć paszport, zameldowanie (art. 203.5) oraz zwolnienie ze związku poprzedniego kraju, zanim związek nowego krajułoży prośbę do FIS.
Jeżeli nie będzie zgody pisemnej, zawodnik nie może brać udziału w zawodach FIS przez okres 12 miesięcy od końca ostatniego sezonu, w którym startował dla poprzedniego związku.
Te przepisy są ważne także jeżeli zawodnik posiada więcej niż jedno obywatelstwo.
- 203.5.2 Pomimo spełnienia wymaganych warunków do zmiany licencji, Zarząd FIS zastrzega sobie wyłączne prawo, na zezwolenie lub odmowę jeżeli to leży w interesie sportu (np. próby „przejęcia” zawodnika).
- 203.5.3 W przypadku kiedy zawodnik nie spełnia wymaganych kryteriów, może wystąpić przeciwko decyzji Zarządu FIS pisemnie, powołać się na nadzwyczajne okoliczności i załączyć przekonujące dowody dla zmiany decyzji.
- 203.5.4 Zawodnik zachowuje swoje FIS–punkty zmieniając kraj pod warunkiem, że otrzyma zgodę na zwolnienie z poprzedniego związku.
- 203.5.5 Jeżeli dokumenty złożone do FIS (np. paszport i in.) okażą się fałszywe Rada FIS nakłada sankcje na zawodnika i nowy związek.

204 Kwalifikacje zawodników

- 204.1 Narodowy związek narciarski nie może wydać licencji zawodnikowi uprawniającej do udziału w zawodach FIS i krajowych, jeżeli ten:
- 204.1.1 zachował się niewłaściwie i niesportowo albo nie przestrzegał kodeksu lekarskiego FIS i nie respektował regulaminów antydotyngowych FIS/PZN,
- 204.1.2 pośrednio lub bezpośrednio korzysta lub korzystał z niedozwolonych premii finansowych, wbrew istniejącemu regulaminowi zawodów,
- 204.1.3 przyjmuje lub przyjął nagrodę o większej wartości niż to przewiduje regulamin, art. 219,

- 204.1.4 wykorzystuje swoje nazwisko, zdobyty tytuł czy swoje zdjęcie dla osiągnięcia korzyści materialnych, z wyjątkiem umów podpisanych przez narodowy związek czy SKI-POOL, dotyczących wyposażenia zawodnika lub reklamy,
- 204.1.5 świadomie startował w konkurencji z zawodnikami niezakwalifikowanymi przez FIS według regulaminów, za wyjątkiem sytuacji, gdy:
- 204.1.5.1 określone zawody zostały uznane przez FIS, kontrolowane przez FIS lub przez krajowy związek narciarski i zostały ogłoszone jako zawody „otwarte”
- 204.1.6 nie podpisał „Deklaracji zawodnika” (w kraju wniosku)
- 204.1.7 kiedy jest zawieszony
- 204.2 przez wydanie licencji FIS i przyjęcie zawodnika w poczet swoich członków narodowy związek narciarski zaświadcza, że dany zawodnik jest wystarczająco ubezpieczony w razie wypadku podczas zgrupowań treningowych i zawodów. Narodowy związek narciarski bierze za zawodnika całkowitą odpowiedzialność.
- 204.2.1 **W kraju**, klub występując z wnioskiem o wydanie licencji zawodnikowi zaświadcza, że dany zawodnik jest wystarczająco przygotowany i ubezpieczony. W razie wypadku podczas treningów i zawodów klub bierze za zawodnika całkowitą odpowiedzialność.

205 Obowiązki i prawa zawodników

Zawodnicy bez względu na wiek, płeć, rasę, religię lub wyznanie, orientację seksualną, zdolność lub niepełnosprawność mają prawo do udziału w sportach śnieżnych w bezpiecznym środowisku i do ochrony przed wykorzystywaniem. FIS zachęca wszystkie kraje członkowskie do opracowania strategii na rzecz ochrony i dobra dzieci i młodzieży.

- 205.1 Zawodnicy mają obowiązek znać i przestrzegać przepisy ICR/NRS, (a w kraju dodatkowo postanowienia wytycznych sportowych) jak również muszą podporządkować się dodatkowym poleceniom Jury.
- 205.2 Zawodnikom zabronione jest używanie dopingu. (patrz. Przepisy Antydopingowe FIS).
- 205.3 Zgodnie z Deklaracją Zawodników, zawodnicy mają prawo informować Jury zawodów o zagrożeniu bezpieczeństwa na trasie podczas treningu i zawodów. Więcej szczegółów – patrz przepisy dyscyplinarne.
- 205.4 Zawodnikom, którzy nie uczestniczą w ceremonii rozdania nagród, nagrody nie będą przesyłane. Tracą oni prawo do nagród, także pieniężnych. W niektórych przypadkach zawodnicy mogą być reprezentowani przez członka ekipy. Osoba zastępująca nie może jednak wstępować na podium dla zwycięzców.

205.5 Zawodnicy muszą zachowywać się nienagannie i sportowo zarówno w stosunku do członków komitetu organizacyjnego zawodów, wolontariuszy, działaczy i publiczności.

205.6 **Pomoc dla zawodników**

205.6.1 Zawodnik zarejestrowany w FIS przez narodowy związek do udziału w zawodach FIS może otrzymać:

205.6.2 całkowity zwrot kosztów podróży do miejsc treningów lub zawodów: za pociąg, samolot, samochód i każdy inny środek transportu,

205.6.3 całkowity zwrot kosztów utrzymania w czasie treningów i zawodów,

205.6.4 kieszonkowe,

205.6.5 odszkodowanie za brak możliwości zarabiania zgodnie z uchwałą własnego związku narciarskiego,

205.6.6 ubezpieczenie, a w tym: ubezpieczenie od NNW i KL podczas treningów i zawodów,

205.6.7 stypendia,

205.7 narodowy związek narciarski może przewidzieć pewien fundusz na zabezpieczenie zawodnika (np. jego edukacji) po zakończeniu kariery narciarskiej. Zawodnik nie może rościć sobie prawa do tych funduszy a dysponować może nimi wyłącznie dany związek narciarski.

205.8 **Zakłady na zawodach**

Nie wolno zawodnikom, trenerom, kierownictwu ekip, oficjelom technicznym dokonywać zakładów hazardowych w zawodach w których biorą udział. Więcej szczegółów w Zasadach zapobiegania manipulacjom w zawodach" z lipca 2016 www.fis-ski.com.

206 **Reklama i sponsorzy**

Paragraf ten należy rozumieć jako prezentację firmy poprzez znaki firmowe lub inną formę wizualizacji na obiekcie sportowym, informującą widzów o nazwie produktu lub usługi, aby widzowie poznali firmę lub organizację, ich nazwy handlowe, działalność, produkty lub usługi. Z drugiej strony, sponsoring dostarcza firmie możliwości bezpośredniego skojarzenia z zawodami lub serią zawodów.

206.1 **Igrzyska Olimpijskie i Mistrzostwa Świata FIS**

Wszystkie prawa reklamowe i sponsoringowe dotyczące Igrzysk Olimpijskich i Mistrzostw Świata FIS należą odpowiednio do: MKOL oraz FIS i są przedmiotem osobnych umów kontraktowych.

- 206.2 Zawody FIS**
W trakcie wszystkich zawodów FIS, zasady reklamowe FIS (FIS Advertising Rules) określają możliwości reklamy i są akceptowane przez Radę FIS. Na zawodach Pucharu Świata FIS, zasady reklamowe FIS są integralną częścią porozumienia pomiędzy organizatorem, narodowym związkiem narciarskim oraz FIS.
- 206.3 Związki narodowe – członkowie FIS**
Každy narodowy związek narciarski należący do FIS, organizujący we własnym kraju zawody kalendarzowe FIS, ma prawo zawierać własne umowy jako właściciel praw reklamowych. W przypadku zawodów Pucharu Świata, prawa te powinny być zawarte w umowie organizatora po zatwierdzeniu przez Radę FIS i uwzględniać odpowiedzialność związku narodowego.
- 206.4 Prawa kandydata do tytułu głównego sponsora**
W przypadku serii zawodów FIS zatwierdzonych przez Radę FIS, FIS sprzedaje prawa do tytułu / sponsora/głównego. W przypadku serii Pucharu Świata FIS są one sprzedawane odpowiednim sponsorom, którzy promują wizerunek i wartości danej dyscypliny. Przychody ze sprzedaży tytułu prezentowania praw sponsora są inwestowane przez FIS w celu zapewnienia profesjonalnej organizacji. Zyski generowane ze sprzedaży tytułu pakietu sponsorskiego FIS inwestuje w poprawę profesjonalnej organizacji zawodów.
- 206.5 Używanie znaków i środków pomocniczych**
Wszystkie reklamy i znaki handlowe oraz ich odpowiedniki muszą być zgodne z normami technicznymi i przepisami FIS.
- 206.6 Pakiety reklamowe**
Umieszczenie, rozmiar, liczba i forma tych reklam jest ściśle określona w przepisach reklamowych FIS dla każdej dyscypliny. Szczegółowa informacja zawierająca graficzne przykłady jest zawarta w specyficznych przepisach dla każdej dyscypliny (Marketing Guides), publikowanych na stronie internetowej FIS. Jeśli Komisja ds. Reklamy uzna za konieczne, wtedy te przepisy są na bieżąco sprawdzane i aktualizowane, a następnie akceptowane przez Radę FIS.
- 206.7 Sponsoring przez prywatne firmy hazardowe**
- 206.7.1** FIS nie sprzedaje pakietu tytułu sponsora prywatnej firmie hazardowej.
- 206.7.2** Zakazane jest sponsorowanie wydarzeń sportowych przez prywatną firmę hazardową zgodnie z art. 206.7.3.
- 206.7.3** Reklama komercyjnych firm hazardowych lub zajmujących się działaniami związanymi z hazardem na lub z zawodnikami (reklama na kasku, strojach sportowych i startowych, koszulkach startowych itp...) są zakazane, za wyjątkiem loterii oraz firm, które nie prowadzą zakładów sportowych.

- 206.8 Krajowy związek narciarski lub SKI POOL, może zawierać umowy z firmą lub organizacją handlową, jeśli ona jest uznana za generalnego dostawcę lub sponsora danego związku narciarskiego. Zakazana jest produkcja lub rozpowszechnianie środków propagandowych prezentujących zawodników FIS/PZN z innymi niezakwalifikowanymi sportowcami według regulaminu FIS i IOC. Zakazany jest każdy rodzaj reklamy z (albo na) zawodnikami wyrobów alkoholowych, tytoniowych i używek (narkotyków).
- 206.9 Należności finansowe wynikające z podpisanych umów mają być przełane wyłącznie do danego związku narciarskiego albo do jego SKI-POOL-u, który zgodnie z opracowanym wcześniej regulaminem wypłaca pieniądze zawodnikom lub przelewa na ich konta. Zawodnicy nie mają prawa otrzymywać nawet części tych należności bezpośrednio od sponsora, poza wypadkami przewidzianymi w art. 205.6. FIS/PZN może w każdym momencie zażądać do wglądu kopii takiej umowy.
- 206.10 Znaki handlowe na wyposażeniu i artykułach dostarczonych kadrom narodowym muszą być zgodne z art. 207.

207 Sprzęt sportowy oraz znaki handlowe

207.1 Sprzęt sportowy podczas zawodów FIS

Tylko i wyłącznie sprzęt sportowy, który jest zgodny z przepisami FIS dotyczącymi reklamy, dostarczony przez Narodowy Związek Narciarski uzupełniony znakami handlowymi zaakceptowanymi przez Narodowy Związek Narciarski może być noszony podczas zawodów Pucharu Świata FIS oraz Mistrzostw Świata FIS.

- 207.1.1 Podczas Mistrzostw Świata FIS, Pucharu Świata FIS i wszystkich wydarzeń kalendarzowych FIS nie wolno zawodnikowi zabrać sprzętu (deski/narty, kijki, buty, kaski, okulary) na oficjalne ceremonie z hymnem i /lub podnoszeniem flag. Dozwolone natomiast jest trzymanie/noszenie sprzętu na podium zwycięzców już po zakończeniu ceremonii (wręczanie nagród i medali oraz podczas hymnu) w celu fotografii i wywiadów.

- 207.1.2 Na Mistrzostwach Świata FIS oraz innych zawodach w kalendarzu FIS zawodnikowi na podium wolno trzymać następujący sprzęt:

- narty / deski snowboardowe
- obuwiu: zawodnicy mogą mieć buty startowe na nogach, ale nie mogą mieć ich gdziekolwiek zawieszonych (np. na szyi). Żadnych butów nie można wносить na podium, poza tymi, które są noszone na nogach
- kijki: jedynie w ręce, a nie przypięte do nart
- gogle: noszone zgodnie z przeznaczeniem lub wokół szyi
- kaski: mogą być noszone jedynie na głowie. Nie mogą zostać zawieszane na nartach, kijkach itp.,
- paski do nart: maksymalnie dwa paski z nazwą producenta nart. Ewentualnie jeden z nazwą firmy produkującej smary

- kombinacja norweska i biegi narciarskie – klipsy do kijków. Klips może być używany do trzymania dwóch kijków razem. Klips może mieć szerokość dwóch kijków, ale nie więcej niż 4 cm. Długość (wysokość) nie większa niż 10 cm. Długa część klipsa musi być równoległa do kijków.

Znak handlowy producenta kijków może pokrywać całą powierzchnię klipsa

Inne akcesoria są zakazane: szaszetki/nerki biodrowe, telefony na smyczach, butelki, plecaki itp.

- 207.1.3 Na ryzyko organizatora, jest dozwolona nieoficjalna prezentacja (ceremonia kwiatowa) zwycięzców oraz ceremonia zaraz po zakończeniu zawodów na wybiegu, z hymnem narodowym, nawet przed rozpatrzeniem protestów. Obowiązuje noszenie numerów startowych.
- 207.1.4 Obowiązkowe jest noszenie nie zasłoniętego numeru startowego oraz innych elementów przekazanych przez narodowy związek narciarski, w wyznaczonym korytarzu (włączając ściankę za aktualnym liderem) oraz w miejscu wywiadów telewizyjnych.
- 207.2 **Znaki handlowe**
Specyfikacje dotyczące rozmiaru, formy i liczby znaków handlowych na sprzęcie i odzieży, a także prawa dotyczące znaków handlowych oraz reklamy są poddawane recenzji przez Komisję ds. Reklamy i są akceptowane przez Radę FIS każdej wiosny na kolejny sezon zawodów i są publikowane przez FIS.
- 207.2.1 Należy przestrzegać regulaminu dotyczącego reklamy i powierzchni reklamowych na wyposażeniu zawodników.
- 207.2.2 Na każdego zawodnika, który złamie zasady reklamowe zostaną nałożone sankcje zgodnie z art. 223.1.1 Wszystkie przestępstwa za które mogą być nałożone sankcje lub kary są zdefiniowane jako zachowania, które są pogwałceniem lub nieprzestrzeganiem zasad zawodów.
- 207.2.3 Jeśli związek narodowy nie zastosuje się do ustalonych przepisów, lub opóźnia powiadomienie FIS, wówczas FIS może natychmiast odebrać licencję zawodnikowi. Zarówno zawodnik jak i narodowy związek mają prawo do odwołania się przed ostateczną decyzją FIS.
- 207.2.3.1 Zawodnik, którego licencja została cofnięta może otrzymać nową licencję jeżeli okres kary minie lub zostanie przez FIS/PZN podjęta inna decyzja.
- 207.2.4 Jeżeli firma lub producent umieści na reklamie nazwisko, tytuł lub fotografię zawodnika bez jego wiedzy i zgody, zawodnik może przekazać pełnomocnictwo interwencji FIS lub PZN, celem podjęcia kroków prawnych.
Jeśli zawodnik nie podejmie takiego kroku, FIS/PZN zajmie stanowisko, że zawodnik działał w porozumieniu z firmą.

- 207.2.5 Zarząd FIS/PZN ocenia czy i w jakim stopniu był naruszony regulamin dotyczący kwalifikacji zawodników i pomocy dla nich ze strony sponsoringu i reklamy.

208 Stosowanie praw związanych z mediami elektronicznymi

208.1 Główne zasady

- 208.1.1 ZIO i MŚS. Wszystkie prawa medialne dotyczące ZIO i MŚS należą odpowiednio do MKOL i FIS i istnieje możliwość oddzielnego ich wykorzystania zgodnie z ustaleniami zawartymi w umowach.

208.1.2 *Prawa narodowego związku, członka FIS*

Każdy narodowy związek, członek FIS, organizujący zawody kalendarzowe FIS może sprzedawać prawa elektroniczne do wykorzystania w/w zawodach. Te przepisy stosuje się również w wypadku, kiedy narodowy związek organizuje zawody poza krajem, jako dwustronne porozumienie.

208.1.3 *Promocja*

Kontrakty muszą być przygotowane po konsultacji z FIS, zgodnie z intencją promowania narciarstwa i snowboardu, z uwzględnieniem najlepszych interesów związku.

208.1.4 *Przystąpienie do zawodów*

Na wszystkich zawodach media i ich obsługa muszą posiadać akredytacje. Celem uniknięcia nadużyć, dostęp do mediów otrzymują w pierwszej kolejności posiadający odpowiednie uprawnienia.

208.1.5 *Kontrola przez Radę FIS*

Rada FIS kontroluje przestrzeganie zasad zawartych w przepisach przez związki narodowe i wszystkich organizatorów. Gdyby kontrakt albo klauzule stwarzały konflikt interesów dla FIS lub związku narodowego i organizatora, wtedy Rada FIS podejmuje decyzję, którą ogłasza.

208.2 **Definicje**

Obecnie stosuje się następujące definicje:

Prawa „mediów elektronicznych” to znaczy: prawa dla telewizji, radia, internetu oraz urządzeń mobilnych.

Prawa **telewizji**, to: dystrybucja obrazów zarówno analogowych jak i cyfrowych, łączących obraz i dźwięk za pomocą ekranu telewizyjnego odbierającego sygnały z powietrza po przewodzie, albo przez połączenia kablowe lub przez obsługę satelitarną.

Mają również tutaj zastosowanie: abonament, programy płatne, video i inne.

Prawa **radiowe**, to: nadawanie i odbiór programów radiowych zarówno analogowych i cyfrowych, z powietrza, po przewodzie kablem do urządzeń stacjonarnych i przenośnych.

Internet oznacza dostęp do obrazu i dźwięku poprzez sieć komputerową. Urządzenia ruchome i przenośne, to zapewnienie obrazu i głosu przez operatora telefonicznego i komórki lub inne przenośne urządzenia osobiste.

208.3 **Telewizja**

208.3.1 Standardy produkcji i promocja zawodów

W umowach z organizatorem telewizyjnym albo agencją działającą jako miejscowy nadawca, musi być szczególnie rozważona jakość transmisji telewizyjnych zawodów narciarskich albo snowboardowych opublikowanych w kalendarzu FIS, szczególnie w zawodach Pucharu Świata. Biorąc pod uwagę prawa narodowe i przepisy dotyczące nadawania należy respektować punkty jak niżej:

- a. optymalna produkcja sygnału TV o wysokiej jakości (transmisje na żywo lub przesunięte w czasie), gdzie sport zajmuje ważne miejsce,
- b. wzięcie pod uwagę obecności reklamy oraz sponsorów wydarzenia,
- c. w regionach, gdzie organizuje się serie zawodów FIS i są realne możliwości marketingowe, należy przeprowadzić transmisję zawodów na żywo włączając prezentację zwycięzców, chyba, że nie pozwolą na to warunki. Przekaz musi być neutralny, pokazywać wszystkich zawodników bez koncentrowania się na żadnym zawodniku czy kraju,
- d. transmisja przekazywana przez miejscową telewizję musi obejmować grafikę w języku angielskim, szczególnie logo FIS, dźwięk międzynarodowy, mierzenie czasów, tabele wyników,
- e. jeżeli rynek telewizyjny pozwala, transmisja TV powinna być na żywo w kraju, w którym odbywają się zawody oraz w krajach najbardziej zainteresowanych.

208.3.2 *Koszty techniczne oraz koszty produkcji*

Za wyjątkiem sytuacji, kiedy zostaną poczynione inne ustalenia pomiędzy związkami krajowym a agencją posiadającą prawa, koszt wysłania sygnału telewizyjnego dla różnych podmiotów ma być poniesiony przez nadającego, który nabył prawa nadawania albo przez firmę dysponującą sygnałem telewizyjnym.

Wszelkie koszty, związane z wydatkami technicznymi, wynikającymi z chęci ograniczonego dostępu do sygnału (oryginalny obraz i dźwięk bez komentarza), muszą być uzgodnione przez nabywającego prawa i ubiegającego się o takie rozwiązanie, z podmiotem produkującym program albo firmą zarządzającą prawami TV, tak aby były możliwe do zastosowania.

208.3.3 *Krótkie fragmenty*

Krótkie fragmenty/urywki wydarzeń sportowych (dostęp do „newsów” dla podmiotów nie posiadających praw TV), mają być do dyspozycji stacji telewizyjnych zgodnie z poniższymi przepisami. Regulacje te przyjęto, gdyż w wielu krajach nadawanie krótkich fragmentów/urywków z wydarzeń

sportowych w programach informacyjnych jest ustawowo zagwarantowane. Fragmenty/urywki z wydarzeń sportowych („news”) muszą być wykorzystane w programach informacyjnych i nie mogą być przechowywane w archiwum. Ponadto:

- a. w krajach, w których obowiązują przepisy odnośnie dostępu do fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) i zasad ich emisji, przepisy te zawsze będą miały wyższość nad przepisami FIS/PZN w tej kwestii,
- b. w krajach nie posiadających regulacji prawnych dotyczących dostępu do fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) i pod warunkiem, że istnieją umowy określające zasady pierwszeństwa dostępu do fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) zawarta pomiędzy podmiotem zarządzającym prawami a nabywcą praw, wszystkim konkurencyjnym nadawcom zarządzającym prawami (np. agencja) ma zagwarantować dostęp do krótkich fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) (maksymalnie 90 sek.), ale dopiero po 4. godzinach od zakończenia transmisji przez posiadacza praw do transmisji. Możliwość korzystania z tych fragmentów/ urywków z wydarzeń sportowych („news”) wygasa po 48. godzinach od zakończenia zawodów. Jeżeli posiadający prawa do transmisji telewizyjnej opóźni relację o ponad 72 godziny od zakończenia zawodów, wtedy stacje konkurencyjne mogą pokazać fragmenty (maksymalnie 45 sek.) pomiędzy 48 a 72 godziną po zawodach. Wszystkie prośby dotyczące nadawania fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) mają być kierowane do posiadacza praw, co zagwarantuje ugodę dotyczącą kosztów technicznych,
- c. w krajach, w których nie zostały wykupione prawa do transmisji przez agencję telewizyjną albo innego nadawcę, wszystkie stacje telewizyjne będą mogły nadawać fragmenty/ urywki z wydarzeń sportowych („news”-45 sek.) jak tylko materiał będzie dostępny, a kwestią umowy pomiędzy posiadającym prawa (np. agencją) do fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) a nadawcą fragmentów/ urywków z wydarzeń sportowych („news”) pozostaje uгода co do pokrycia kosztów technicznych. Możliwość korzystania z tych fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”) wygasa po 48. godzinach od zakończenia zawodów,
- d. krótkie fragmenty/urywki z wydarzeń sportowych („news”) są tworzone przez głównego nadawcę albo agencję posiadającą prawa i przekazywane przez tę agencję, biorąc pod uwagę art. 208.3.2.

208.4

Radio

Promowanie zawodów FIS poprzez programy radiowe, jest możliwe przez przyznanie takiego prawa głównej radiostacji, w każdym zainteresowanym kraju. Dostęp do miejsca zawodów ma być zagwarantowany jedynie dla tych stacji radiowych, które uzyskały niezbędne upoważnienie od posiadającego prawa i to tylko dla produkcji programów radiowych. Jeżeli jest to stosowane w praktyce

danego kraju i są zagwarantowane odpowiednie upoważnienia, to te programy mogą być także rozpowszechniane na stronie internetowej danej stacji.

208.5 Internet

Jeżeli kontrakt dotyczący sprzedaży praw z zawodów FIS nie stanowi inaczej, każdy właściciel praw telewizyjnych i internetowych musi zapewnić, że do własnych przekazów video z sieci, innych niż fragmenty/urywki z wydarzeń sportowych („news”), nie będzie dostępu spoza terytorium danego kraju. Przewidziane w regularnym programie skróty wiadomości zawierające materiał z zawodów FIS, mają być przesyłane do sieci nadawcy posiadającego prawa, pod warunkiem, że nie będzie dokonywanych w nich żadnych zmian. Materiał video i audio wyprodukowany na obszarach gdzie nie są wymagane akredytacje, bilety i inne pozwolenia dla publiczności, nie może zawierać materiału filmowego z przebiegu zawodów. Daje się zauważyć się, że nowa technologia umożliwia nieuprawnione rejestrowanie, które może być wykorzystane w sieci. Właściwa informacja dotycząca zakazu nieuprawnionego filmowania i umieszczania w sieci, ma być umieszczona przy wejściach i wydrukowana na biletach wstępu. Wszystkie związki narodowe i właściciele praw, udzielają pozwolenia na umieszczanie krótkich fragmentów w sieci FIS do użytku poza komercyjnego, zgodnie z następującymi warunkami:

- a. jeżeli nie zostały przez nikogo nabyte prawa do przekazu internetowego krótkich fragmentów/urywków z wydarzeń sportowych („news”), to maksymalna długość materiału („news”) z zawodów FIS ma wynosić 30 sek. dla każdej dyscypliny i ma być dostępna na stronie FIS do 48 godzin od zakończenia zawodów. Warunki finansowe związane z dostarczeniem materiału mają być uzgodnione pomiędzy FIS a posiadaczem praw,
- b. materiał ma być dostarczony przez posiadacza praw albo głównego nadawcę jak najszybciej, ale najpóźniej 6 godzin po zakończeniu zawodów.

208.6 Urządzenia ruchome i przenośne

W wypadkach, gdzie prawa rozpowszechniania przy pomocy urządzeń ruchomych i przenośnych zostały przyznane, nabywca praw może dowolnie wybrać materiał, który odpowiada odbiorcom.

Jakiegokolwiek przekazy na żywo, nadawane przez telewizję, przy użyciu wymienionych urządzeń, nie mogą się różnić od pozostałych przekazów, na innych kanałach dystrybucji.

W krajach, w których nie wykupiono tego typu praw, krótkie fragmenty albo „klipy” maksymalnie 20 – sekundowe będą przekazane operatorom zaraz jak materiał zostanie wyprodukowany, na okres 48 godzin, pod warunkiem uiszczenia przez operatorów wszystkich niezbędnych opłat posiadaczowi praw.

208.7 Perspektywy na przyszłość

Zasady zawarte w przepisach par. 208 stanowią bazę do wykorzystania praw związanych z przekazem elektronicznym podczas zawodów FIS. Rada FIS

w porozumieniu z narodowymi związkami oraz komisjami ekspertów wprowadzi odpowiednie warunki zgodnie z wymaganiami nowych technologii.

209 Prawa filmowe

Ustalenia dotyczące zawodów FIS muszą być zawarte pomiędzy producentem filmowym, a narodowym związkiem albo agencją posiadającą stosowne prawa. Wszystkie ustalenia kontraktowe dotyczące wykorzystania praw innych mediów muszą być przestrzegane.

210 Organizacja zawodów

211 Organizacja

211.1 ORGANIZATOR

211.1.1 Organizatorem zawodów FIS jest osoba lub grupa osób, która przygotowuje i przeprowadza na miejscu zawody.

211.1.2 Jeśli związek narodowy nie podejmuje się sam organizacji zawodów, jest upoważniony do powołania jako organizatora jednego ze swoich klubów.

211.1.2.1 PZN może upoważnić OZN/ZW, klub lub KO do organizacji i przeprowadzenia swoich zawodów umieszczonych w kalendarzu imprez. KO zawodów odpowiada za całokształt zadań związanych z prawidłowym przeprowadzeniem zawodów.

211.12.1 Wydział Sędziowski PZN wyznacza i powołuje na zawody umieszczone w kalendarzu PZN: DT, as. DT, sędziów orzekających (w skokach), rozjemców (w zjazdach) sędziów technicznych i zatwierdza sędziów głównych powołanych przez Komisje Sędziowskie OZN/ZW.

Wydział Sędziowski, a także KO zawodów, może powołać dodatkowych niezbędnych sędziów lub funkcyjnych.

211.1.3 Organizator musi zagwarantować, aby osoby posiadające akredytację zapoznały się z przepisami, dotyczącymi regulaminu zawodów i sędziowania podczas zawodów Pucharu Świata, a osoby nie posiadające akredytacji wydanej przez FIS muszą potwierdzić własnym podpisem znajomość powyższych przepisów.

211.2 Komitet Organizacyjny (KO)

Komitet organizacyjny zawodów składa się z członków (osób fizycznych lub prawnych) delegowanych przez Organizatora i przez FIS/PZN. KO jest odpowiedzialny za całokształt zadań, praw i obowiązków związanych z prawidłowym przeprowadzeniem zawodów.

- 211.3 Zawody zorganizowane dla zawodników, którzy nie zostali zakwalifikowani, zgodnie z art. 203-204, są traktowane jako naruszenie regulaminu międzynarodowych zawodów narciarskich. Zarząd FIS/PZN podejmie środki sankcyjne w stosunku do organizatorów takich zawodów.

212 Ubezpieczenia

- 212.1 Organizator musi ubezpieczyć wszystkich członków komitetu organizacyjnego od odpowiedzialności cywilnej (OC). Natomiast FIS pokrywa koszty ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej swoim pracownikom i oficjelowi oddelegowanym na zawody, a nie wchodzącym w skład komitetu organizacyjnego (np. kontrolerom wyposażenia i in.).
- 212.2 Przed pierwszym dniem treningu lub zawodów, organizator musi posiadać polisę ubezpieczeniową, pokrywającą ryzyko. Musi być w stanie przedstawić ją Delegatowi Technicznemu. Istnieje obowiązek ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej komitetu organizacyjnego i wszystkich jego członków. Zawody muszą być ubezpieczone na minimum 1 milion CHF; suma ta powinna wynosić średnio 3 miliony CHF. Suma ta może być podniesiona decyzją Zarządu FIS (Puchar Świata itp). Musi być zawarta pisemna polisa obejmująca każdą akredytowaną osobę, nie wyłączając zawodników, i innych biorących udział i nie wyłączając funkcyjnych, pracowników tras, trenerów itd.
- 212.3 W razie braku polisy ubezpieczeniowej zawodów, FIS/PZN ma prawo nakazać odwołanie zawodów i pokrycie kosztów organizacyjnych przez organizatora.
- 212.4 Zawodnicy biorący udział w międzynarodowych zawodach FIS/PZN muszą posiadać ubezpieczenie, które w sposób wystarczający pokrywa w razie wypadku koszty ratowania, leczenia i transportu (w tym ryzyko związane z zawodami sportowymi), jak również odpowiedniego ubezpieczenia OC. Narodowe związki narciarskie ponoszą pełną odpowiedzialność za ubezpieczenie zawodników zgłaszanych przez nie na zawody.
Narodowe związki narciarskie, jak i ich zawodnicy, muszą w każdej chwili być gotowi do okazania polisy ubezpieczeniowej przedstawicielowi FIS lub komitetu organizacyjnego.
- 212.5 Wszyscy trenerzy i inne osoby towarzyszące zgłoszeni i wysłani na zawody FIS przez krajowy Związek Narciarski muszą posiadać ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków i odpowiedzialności cywilnej, w kwotach wystarczających do pokrycia kosztów wypadków, transportu i ratownictwa i powstałych szkód. Krajowy Związek Narciarski lub ich trenerzy i inne osoby towarzyszące muszą być w stanie przedstawić dowód odpowiedniego ubezpieczenia w każdym czasie na żądanie FIS, jednego z jego przedstawicieli lub komitetu organizacyjnego.

- 212.6 Zawodnicy biorący udział w zawodach **krajowych** muszą także posiadać odpowiednie ubezpieczenie NNW. Kluby i osoby zgłaszające zawodników ponoszą pełną odpowiedzialność za ich ubezpieczenie. Na żądanie DT lub organizatora należy przedstawić polisę ubezpieczeniową.
- 212.6.1 Organizator zawodów ma obowiązek **ubezpieczenia DT** od odpowiedzialności cywilnej na zawodach.
- 212.6.2 Wszelkie zmiany i dodatkowe warunki ubezpieczeń oraz wysokości stawek mogą być ogłaszane w wytycznych sportowych PZN.

213 Program

Dla każdego zawodów przeprowadzanych zgodnie z kalendarzem imprez należy opracować i wydrukować program (zapowiedź zawodów), zawierający następujące dane:

- 213.1 nazwę i miejsce zawodów z podaniem usytuowania tras i najlepszych połączeń dojazdowych,
- 213.2 dane techniczne w poszczególnych konkurencjach i warunki uczestnictwa,
- 213.3 nazwiska najważniejszych funkcyjnych,
- 213.4 termin i miejsce odprawy kierowników drużyn i losowania,
- 213.5 termin oficjalnego treningu i rozpoczęcia zawodów,
- 213.6 miejsce wywieszenia tablicy oficjalnych ogłoszeń,
- 213.7 termin i miejsce rozdania nagród,
- 213.8 ostateczny termin zgłoszeń, dokładny adres, numery telefonu, faxu oraz adres poczty elektronicznej (e-mail).

214 Zapowiedź zawodów

- 214.1 Komitet organizacyjny musi rozesłać zapowiedź zawodów, która powinna zawierać informacje zgodne z art. 213.
- 214.2 Organizatorzy zawodów międzynarodowych muszą przestrzegać regulaminu FIS, dotyczącego ilości zawodników, biorących udział w zawodach. Ustalenie ilości zawodników, biorących udział w zawodach zgodnie z art. 201.1 musi być podane w zapowiedzi zawodów.
- 214.3 Informacja o decyzji, dotyczącej przesunięcia terminu lub odwołaniu zawodów musi natychmiast dotrzeć do FIS za pośrednictwem telefonu, faxu czy poczty e-mail, a także do zainteresowanych związków narciarskich i wyznaczonego przez

FIS DT. Przesunięcie (przyspieszenie terminu zawodów) musi być zatwierdzone przez FIS.

- 214.4 Informacja o decyzji, dotyczącej przesunięcia terminu lub odwołania **zawodów krajowych** musi natychmiast dotrzeć do Biura PZN i wszystkich klubów zgłaszających zawodników, a także do wyznaczonych funkcyjnych (DT, asyst. DT, rozjemców i sędziów orzekających).

215 Zgłoszenia

- 215.1 Zgłoszeń do każdego zawodów krajowych i zagranicznych należy dokonywać w odpowiednim terminie na adres komitetu organizacyjnego zawodów tak, aby dotarły one przed upływem ostatecznego terminu zgłoszeń. Lista uczestników musi być w posiadaniu organizatora co najmniej na 24 godz. przed losowaniem.
- 215.2 Zabrania się związkom narodowym zgłaszania tych samych zawodników na różne zawody odbywające się w tym samym terminie.
- 215.2.1 **W kraju**–zabrania się klubom i in. zgłaszania ekipy w kilku imprezach odbywających się w tym samym terminie. Jeśli zgłaszający nie zastosuje się do tego przepisu zostanie ukarany grzywną, która przy powtórzeniu się przekroczenia przepisów zostanie podwojona. Kontrola przekroczeń należy do Biura PZN i Wydziału Sportowego PZN.
- 215.3 Jedynie związki narciarskie są upoważnione do dokonywania zgłoszeń na zawody międzynarodowe. Każde zgłoszenie musi zawierać następujące dane:
- 215.3.1 numer kodu, nazwisko, imię, rok urodzenia i przynależność (nazwa związku),
- 215.3.2 dokładne dane dotyczące konkurencji do której zgłasza się zawodnika.
- 215.3.2.1 W zawodach **krajowych**: numer licencji, nazwisko i imię, rok urodzenia, przynależność klubowa, musi być identyczna – jak na licencji, dokładne dane dotyczące konkurencji do której zgłasza się zawodnika (FIS/POL-punkty, ew. klasa sportowa).
- 215.4 Postanowienia, dotyczące zgłoszeń na Mistrzostwa Świata są uregulowane odrębnymi przepisami.
- 215.5 Zgłoszenie zawodnika przez Krajowy Związek Narciarski na zawody stanowi umowę wyłącznie między zawodnikiem a organizatorem i jest objęta Deklaracją Zawodnika.

216 Odprawa kierowników drużyn

- 216.1 Termin pierwszej odprawy kierowników drużyn i losowanie powinno być ogłoszone w zapowiedzi zawodów. O terminach następnych odpraw należy poinformować na pierwszej odprawie. O terminach nadzwyczajnych zebrań należy powiadomić kierowników drużyn jak najszybciej i podać na tablicy ogłoszeń.
- 216.2 Z uwagi na głosowanie podczas odpraw kierowników drużyn, nie dopuszcza się do reprezentowania jednej drużyny przez drugą drużynę.
- 216.3 Kierownicy drużyn i trenerzy są akredytowani przez komitet organizacyjny zawodów według limitów.
- 216.4 Kierownicy drużyn i trenerzy są zobligowani do przestrzegania regulaminu ICR/NRS i wytycznych jury oraz do sportowego i nienagannego zachowania.
- 216.5 **Odprawa kierowników drużyn na zawodach krajowych**
- 216.5.1 Udział kierowników drużyn w odprawach jest obowiązkowy.
- 216.5.2 Termin pierwszej odprawy kierowników drużyn wiążący się z terminem losowania musi być podany w zapowiedzi zawodów. O terminach następnych odpraw należy poinformować na pierwszej odprawie. O terminach nadzwyczajnych zebrań należy powiadomić kierowników drużyn jak najszybciej i podać na tablicy ogłoszeń.
- 216.5.3 Pierwsza odprawa powinna się odbyć w zasadzie w przeddzień konkurencji, a najpóźniej na dwie godziny przed jej rozpoczęciem.
- 216.5.4 Na odprawie kierowników drużyn przewodniczącym jest kierownik zawodów.
- 216.5.5 Na pierwszej odprawie odczytuje się listę zgłoszonych zawodników, a kierownicy drużyn są zobowiązani podać nazwiska zawodników zgłoszonych, którzy nie będą startowali.
- 216.5.6 Z odpraw powinien być sporządzony protokół z załączeniem listy obecności.
- 216.5.7 Na odprawie kierownik zawodów, względnie kierownik konkurencji podaje między innymi:
- **w biegach:** przebieg trasy, posługując się szkicem i profilem trasy, informacje o sposobie wyznaczenia trasy, punktach odżywczych, miejscu oznakowania nart, sposób startowania i inne,
 - **w zjazdach:** przebieg trasy, dane techniczne, ilość bramek, 33 znakowanie trasy, kwalifikowanie do drugiego przejazdu, kolejność startu i inne
 - **w skokach:** dane techniczne skoczni, serie próbne, kolejność startu i inne,
 - **w snowboardzie:** dane techniczne tras, kolejność startu i inne,

- miejsce wydawania numerów startowych,
 - sposób dowożenia zawodników na start, korzystanie z wyciągów, itp.
- 216.5.8 Decyzje są podejmowane większością głosów. Każdy przedstawiciel drużyny oraz DT i kierownik zawodów mają po jednym głosie. Nie dopuszcza się do reprezentowania przedstawicieli jednej drużyny przez drugą drużynę. Przy równej ilości głosów, prowadzący odprawę to kierownik zawodów lub przedstawiciela komitetu organizacyjnego zawodów.
- 216.5.9 Jeżeli na odprawę kierowników drużyn nie przybędzie wyznaczony DT i ewentualnie wyznaczony jego zastępca, należy na odprawie kierowników drużyn wybrać innego sędziego posiadającego uprawnienia DT. W przypadku braku sędziego z uprawnieniami DT, można jedynie na zawodach niższego szczebla powierzyć obowiązki DT sędziemu z dużym doświadczeniem, cieszącym się pełnym zaufaniem zebranych.
- 216.5.10 Kierownicy drużyn są zobowiązani do przestrzegania wytycznych PZN oraz postanowień jury, a także do sportowego i nienagannego zachowania.

217 Losowanie

- 217.1 Kolejność startu zawodników (dla wszystkich zawodów i wszystkich konkurencji) powinna być określona przez system losowania według rankingu lub FIS/POL-punktów.
- 217.2 Zawodnicy zgłoszeni do zawodów przez związek narodowy, klub lub inną organizację są losowani tylko pod warunkiem dostarczenia terminowego zgłoszenia na specjalnych formularzach i weryfikacji.
- 217.3 Jeżeli na losowaniu kierownik ekipy lub trener są nieobecni, zawodnik może być rozlosowany pod warunkiem wcześniejszego potwierdzenia u organizatora jego obecności (telefon, fax, e-mail).
- 217.4 Jeśli zgłoszony i wylosowany zawodnik nie stawia się na starcie, DT musi odnotować to w swoim sprawozdaniu, podając powody nieobecności.
- 217.4.1 **W kraju**, w przypadku nie usprawiedliwienia nieobecności, należy zastosować odpowiednie kary, podając w sprawozdaniu – oprócz nazwiska zawodnika – rodzaj kary i sposób jej załatwienia.
- 217.5 Na losowanie należy zaprosić reprezentantów wszystkich krajów/klubów, biorących udział w zawodach.
- 217.6 Jeżeli wskutek warunków atmosferycznych zawody zostaną przesunięte chociażby o 1 dzień, losowanie musi być powtórzone.

- 217.7 O ile w **zawodach krajowych** startują zawodnicy posiadający klasy sportowe, względnie FIS/POL-punkty, należy dokonać podziału zawodników na grupy do losowania, chyba że wytyczne sportowe PZN stanowią inaczej.
- 217.7.1 Jeśli zawodnicy nie mają klas sportowych lub FIS/POL punktów, dla wszystkich zawodników przeprowadza się jedno losowanie.
- 217.7.2 Gdy grupa zawodników bez klas sportowych albo FIS/POL—punktów jest bardzo liczna, jury może odpowiednio wcześniej wezwać kierowników drużyn do przedstawienia wyników uzyskiwanych przez zgłoszonych zawodników i na tej podstawie przydzielić ich do grup, chyba że regulamin zawodów przewiduje inny sposób losowania.
- 217.7.3 W wypadku dzielenia zawodników na grupy losowanie numerów startowych dla zawodników przeprowadza się oddzielnie dla każdej grupy.
- 217.7.4 Niedozwolona jest wymiana numerów startowych, jak i losowanie „pustych” numerów startowych, tj. nieokreślonych nazwiskami zawodników.
- 217.7.5 O ile do startu w konkurencji indywidualnej zgłosi się mniej niż pięciu zawodników, a do biegu rozstawnego/sztafetowego lub zawodów drużynowych mniej niż trzy drużyny, konkurencji się nie przeprowadza.

218 Ogłaszanie wyników

- 218.1 Wyniki nieoficjalne i oficjalne są ogłaszane zgodnie z regulaminami zawodów w poszczególnych konkurencjach.
- 218.1.1 *Przekazywanie wyników*
Na wszystkich międzynarodowych zawodach musi być przygotowane stałe połączenie między startem a metą. W ZIO i MŚS musi być zainstalowane stałe połączenie kablowe pomiędzy startem a metą. W obrębie danych serwisowych muszą być przygotowane połączenia internetowe (przynajmniej jedno połączenie ADSL) w zawodach PŚ, MŚS oraz ZIO.
- 218.2 Dane oraz wyniki ustanowione w czasie zawodów FIS są wyłączną własnością FIS. Narodowe związki narciarskie lub powołani przez nie organizatorzy zawodów mają prawo wykorzystać te dane dla własnych publikacji, a także przez ogłoszenie danych i czasów na stronie internetowej. Użycie danych i czasów na stronach internetowych warunkują postanowienia FIS o Internecie.
Powyższe dotyczy także zawodów organizowanych **przez PZN**.
- 218.3 **Postanowienia FIS o Internecie oraz wymiana danych dotyczących zawodów FIS**

218.3.1 *Przepisy ogólne*

Międzynarodowy Związek Narciarski docenia, jako część promocji narciarstwa i snowboardu, chęć i starania narodowych związków narciarskich w sprawie udostępniania swoim członkom oraz fanom bieżących informacji. Coraz częściej używanym do tego celu medium jest Internet.

Aby wspierać narodowe związki narciarskie podczas opracowywania danych z zawodów FIS, oraz aby wyjaśnić określone wymagania związane z użyciem i prezentowaniem danych z zawodów FIS, sformułowano niniejsze postanowienia.

218.3.2 *Dane do kalendarza FIS*

Komputerowy program online kalendarza FIS dostępny jest do bezpłatnego użytku dla narodowych związków narciarskich, po zalogowaniu w zakładce dla członków sekcji na stronie FIS.

218.3.3 *Wyniki i klasyfikacja*

Narodowe związki narciarskie mogą otrzymać oficjalne rezultaty po zweryfikowaniu ich i zatwierdzeniu przez Biuro FIS. Dane te są udostępniane przez Managera IT FIS, który w każdym, poszczególnym, przypadku udziela instrukcji. Firmy obsługujące zawody Pucharu Świata są preferowane. Klasyfikacje różnych serii pucharowych również będą udostępniane; w przypadku Pucharu Świata po otrzymaniu danych od firm obsługujących te dane a w przypadku innych pucharów, po ich ręcznym wprowadzeniu.

1. Rezultaty i dane zawodów FIS mogą być użyte tylko na stronach internetowych narodowych związków narciarskich, organizatorów i uczestników i nie mogą zostać przekazane w celach komercyjnych do osób trzecich lub innych organizacji. Narodowe związki narciarskie mogą zainstalować dane do własnego oprogramowania w celu analizy wyników itp.
2. Związki narciarskie, które chciałyby opublikować wyniki na własnej stronie internetowej, ale nie dysponują strukturą banku danych, mogą w celu wgrania nie opracowanych danych, utworzyć na własnej stronie link do strony FIS. Dokładny adres można uzyskać u Managera IT FIS.
3. Na zgłoszone zapytanie zostanie utworzony link ze strony FIS do stron internetowych wszystkich narodowych związków narciarskich, jak również stron dotyczących przemysłu narciarskiego oraz ważnych mediów. Wzajemnie powinien zostać utworzony link do strony internetowej FIS.

218.3.4 *Dostęp do wyników dla organizatorów.*

Organizatorzy zawodów Pucharu Świata FIS mogą otrzymać oficjalne rezultaty ich zawodów po zweryfikowaniu i zatwierdzeniu ich w centrali danych FIS. Na zawodach Pucharu Świata „ładowanie” danych ma przebieg automatyczny i następuje bezpośrednio po zakończeniu zawodów.

Plik pdf zawierający rezultaty i klasyfikacje może zostać załadowany ze stron: www.fis-ski.com i <ftp://ftp.fisski.ch/>, według kodu dyscyplin oraz miejscowości:

AL (alpejskie), CC (biegi), JP (skoki narciarskie), NK (kombinacja norweska), SB (snowboard), FS (styl wolny) itp. Poszczególne zawody można zidentyfikować według nr kodu danych zawodów, który jest publikowany na oficjalnej stronie na www.fis-ski.com.

- 218.3.5 **Komunikaty z wynikami z zawodów krajowych** muszą być dostarczone lub wysłane pocztą w terminie do 3 dni przez biuro zawodów do: Wydziału Sędziowskiego PZN-1 kpl., do klubów i okręgów, których zawodnicy brali udział w zawodach. Listy wyników z zawodów międzynarodowych FIS w kraju muszą być także przesłane do 3 dni do Wydziału Sędziowskiego PZN.
- 218.3.5.1 O ile w konkurencji indywidualnej sklasyfikowano mniej niż trzech zawodników, a w konkurencji drużynowej mniej niż dwie drużyny, unieważnia się konkurencję – jeżeli wytyczne PZN nie stanowią inaczej.

219 Nagrody

- 219.1 Szczegółowe wytyczne, dotyczące nagród w gotówce są ogłaszane przez FIS. Nagrodami mogą być: artykuły pamiątkowe, dyplomy, czeki i gotówka. Zabrania się udzielania nagród za pobicie rekordu. Z wyprzedzeniem półrocznym, na jesiennej sesji Zarząd FIS ustala wysokość nagród w gotówce (kwotę minimalną i maksymalną). Organizatorzy, którzy mają zamiar honorować zawodników nagrodami pieniężnymi, muszą do 15 października powiadomić FIS o wysokości kwot przeznaczonych na nagrody.
- 219.2 Jeśli więcej zawodników uzyskało takie same czasy lub tę samą ilość punktów klasyfikuje się ich na tym samym miejscu. Otrzymują oni takie same tytuły, nagrody czy dyplomy. Rozdawanie tytułów czy nagród przez losowanie lub po innych zawodach jest zabronione.
- 219.3 Wszystkie nagrody przyznaje się najpóźniej w ostatni dzień zawodów.
- 219.3.1 **Na Mistrzostwach Polski Seniorów** winny być przyznawane dla zwycięzców medale wręczane przez oficjalnego przedstawiciela PZN oraz przewodniczącego komitetu organizacyjnego zawodów.
- 219.3.2 Komitet organizacyjny zawodów ustala rodzaj i wysokość nagród.
- 219.3.3 O ustanowieniu nagród przechodnich decyduje PZN, względnie OZN, które zatwierdzają regulaminy nagród. Za należyte przechowywanie nagród przechodnich odpowiada zdobywca nagrody.

220 Przedstawiciele firm i wyposażenia oraz obsługa serwisu

Bezwarunkowo wskazówki te dotyczą wszystkich konkurencji.

- 220.1 Komitet organizacyjny zawodów musi przedstawić DT pełną listę akredytowanych, a wymienionych w tytule osób.
- 220.2 Zabrania się przedstawicielom firm sprzętowych i obsłudze serwisowej organizować reklamę na terenie zawodów lub na stojakach czy sprzęcie niezgodnie z przepisami art. 207.
- 220.3 Przedstawiciele firm sprzętowych posiadają oficjalne akredytacje z FIS/PZN z wyszczególnieniem dyscypliny. W kompetencji organizatora jest również możliwość dokonania dodatkowych akredytacji.
- 220.4 Tylko akredytowani przez FIS/PZN czy przez organizatora, posiadający akredytację z napisem „trasa”, „skocznia” mają prawo wstępu na trasę lub skocznię (według przepisów, dotyczących poszczególnych konkurencji).
- 220.5 **Różne rodzaje akredytacji**
- 220.5.1 Delegaci Techniczni, jury i osoby z wyraźnie oznakowanymi akredytacjami według art. 220.3 posiadają prawo wstępu na trasy i skocznie.
- 220.5.2 Serwisanci poszczególnych ekip mają prawo wstępu na przedpole startu i mety, natomiast nie mają prawa wstępu na trasy i skocznie.
- 220.5.3 Przedstawiciele firmy akredytowani według uznania organizatorów, którzy nie posiadają akredytacji FIS, nie mają prawa wstępu na trasy i obszary/strefy wydzielone.

221 Badania lekarskie i antydopingowe

- 221.1 Związki narodowe są odpowiedzialne za stan zdrowia zgłaszanego zawodnika. Każdy zawodnik powinien poddać się kompleksowym badaniom lekarskim. Takie badania winny być przeprowadzane w ojczyźnie zawodnika.
W kraju – za stan zdrowia zawodników odpowiadają kluby sportowe.
- 221.2 Na żądanie komisji lekarskiej lub jego przedstawiciela zawodnik musi poddać się badaniom lekarskim przed lub po zawodach.
- 221.3 Doping jest bezwzględnie zakazany. Wszelkie wykroczenia przeciwko regulaminowi antydopingowemu FIS będą surowo karane.
- 221.4 Kontrole antydopingowe mogą być przeprowadzane przy każdych (i nie tylko) zawodach FIS. Odpowiednie przepisy są opublikowane w przepisach antydopingowych FIS.
- 221.5 **Płeć zawodnika**
W przypadku podejrzenia lub protestu dotyczącego płci zawodnika, FIS/PZN jest zobligowany przedsięwziąć kroki konieczne do określenia płci danego zawodnika.

221.5.1 **Rozporządzenie Ministra zdrowia określa ważność badań lekarskich zawodników.**

221.6 **Przygotowanie służb medycznych przez organizatora.**

Zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich osób zaangażowanych w zawody FIS jest podstawowym zadaniem organizatora zawodów. Dotyczy to zarówno zawodników, wolontariuszy, personelu na trasach, a także widzów i innych. konieczność zapewnienia opieki medycznej obejmuje wiele wariantów:

- większe przygotowania (MŚS, PŚ, COC, zawody FIS itd.)
- duża ilość zawodników, obsługi i widzów
- większy zakres odpowiedzialności i zaopatrzenia służb medycznych (zawodnicy, pomocnicy, widzowie)

Organizator / szef personelu medycznego i służb ratunkowych wraz z dyrektorem zawodów oraz delegatem technicznym ma przestrzegać, żeby przygotowania ratunkowe przed startem oficjalnego treningu lub zawodów były doskonale zorganizowane. W razie wypadku plan ratunkowy od początku treningu lub zawodów musi zadziałać. Dokładne zadania personelu i zespołu lekarzy, urzędzeń, wyposażenia dla odpowiednich dyscyplin (patrz Medical Rules and Guidelines).

222 **Wyposażenie zawodników**

222.1 Zawodnik, biorący udział w zawodach międzynarodowych musi być wyposażony zgodnie z wytycznymi FIS, dotyczącymi sprzętu. Zawodnik jest osobiście odpowiedzialny za sprzęt, którego używa (narty, deska snowboardowa, wiązania, buty, kombinezon, etc.). Jest zobowiązany do sprawdzenia, czy jego wyposażenie jest zgodne z wytycznymi FIS na dany sezon, czy jest zdadne do użytku i posiada certyfikat bezpieczeństwa.

222.2 Pojęcie „wyposażenie” obejmuje sumę wyposażenia zawodnika w sprzęt, ubiór i akcesoria oraz urządzenia techniczne, którymi się posługuje. Suma wyposażenia zawodnika stanowi funkcjonalną całość.

222.3 Wszystkie nowości w zakresie wyposażenia zawodnika muszą uzyskać akceptację FIS. FIS/PZN nie bierze żadnej odpowiedzialności, za wprowadzane w życie nowości techniczne, z punktu widzenia zagrożenia życia zawodnika czy wypadkowości.

222.4 Wszystkie nowości techniczne muszą być zgłaszane do FIS najdalej do 1 maja. Na sezon najbliższy otrzymują promesę użytkowania na 1 rok i dopiero po tym okresie mogą być ostatecznie zatwierdzone przez FIS i wprowadzone w życie na sezon następny.

222.5 Komisja d/s wyposażenia FIS publikuje po zatwierdzeniu przez Zarząd FIS definicje i opisy dopuszczonych nowości, przy czym zwraca uwagę, żeby udoskonalenia te nie były przeszkodą dla dalszego postępu narciarstwa. Wyklucza się wszystkie sztuczne, udziwnione nowości, zmieniające lub wypaczające zasady walki sportowej czy stwarzające zagrożenie dla zdrowia zawodnika.

222.6 **Kontrole**

Przed i w czasie sezonu albo po wpłynięciu protestu od DT danych zawodów członkowie Komisji ds. wyposażenia FIS przeprowadzają różne kontrole. Jeśli istnieje uzasadnione podejrzenie przekroczenia przepisów, kontroler lub DT muszą natychmiast w obecności świadków zarekwirować przedmioty wchodzące w grę i opieczętowne przekazać do Biura FIS celem przeprowadzenia badań i uzyskania ostatecznej opinii ze specjalistycznej instytucji. Koszty dodatkowych badań obciążają kwotą jednostkę, której racje nie zostały potwierdzone.

222.7 **Zakaz używania sprzętu naukowego i medycznego na imprezach FIS.**

Zabrania się, aby jakikolwiek krajowy związek narciarski, jego przedstawiciel lub członek zespołu przynosił i / lub używał któregośkolwiek z następujących urządzeń naukowych lub medycznych („sprzęt”) do / w dowolne miejsce podczas rozgrywania zawodów Mistrzostw Świata FIS, Pucharów Świata i innych zawodów zarejestrowanych w Kalendarzu FIS:

- Zbiorniki tlenu, butle i powiązane urządzenia;
- Hiper/hipoksyjne namioty tlenowe, komory i podobne urządzenia;
- Komory kriogeniczne do krioterapii całego ciała i urządzeń pokrewnych.

Obowiązkiem Krajowego Związku Narciarskiego jest zapewnienie zgodności z tym artykułem /222.7/ przez wszystkich jego przedstawicieli lub członków zespołu. Nieprzestrzeganie artykułu 222.7 będzie podlegać karom przewidzianym w artykule 223.3. W przypadku powtórzenia przewinienia, dyskwalifikacja zawodnika zostanie nałożona niezależnie od tego, czy naruszenie tego przepisu skutkowałoby korzyścią dla zawodnika (zawodników) w odniesieniu do końcowego wyniku zawodów. Oprócz sankcji wymienionych powyżej, FIS może nakazać natychmiastowe usunięcie Sprzętu z Miejsca Imprezy na koszt odpowiedzialnego ZN.

222.7.1 We wszystkich zawodach gdzie oficjalni eksperci materiałowi FIS z oficjalnymi przyrządami przeprowadzają kontrolę, wyniki kontroli w miejscu pomiarów są ważne i obowiązujące (niezależnie od wcześniejszych pomiarów).

223 **Sankcje**

223.1 **Postanowienia ogólne**

223.1.1 *Przewinieniem, w stosunku do którego stosuje się sankcje i może zostać orzeczona kara, określa się następujące zachowania:*

- nieprzestrzeganie regulaminu zawodów
- niestosowanie się do poleceń jury lub pojedynczych członków jury, którym mowa w art. 224.2
- niesportowe zachowanie.

223.1.2 *Następujące zachowania także będą traktowane jako przewinienie:*

- próba popełnienia czynu
- przyczynienie się lub umożliwienie innym popełnienia czynu
- doradzanie innym popełnienia czynu.

223.1.3 Przy orzekaniu, czy zachowanie ma być traktowane jako przewinienie należy uwzględnić:

- czy zachowanie było świadome
- czy zachowanie było skutkiem konieczności.

223.1.4 Wszystkie związki narodowe oraz akredytowane przez nie osoby zrzeszone w FIS muszą akceptować i uznać niniejsze przepisy, względnie sankcje; możliwość wniesienia skargi zachodzi wyłącznie zgodnie ze statutem FIS oraz z przepisami ICR.

223.1.4.1 Powyższe przepisy obowiązują także **w kraju**; możliwość wniesienia skargi zachodzi wyłącznie zgodnie ze statutem PZN oraz z przepisami NRS.

223.2 **Zakres oddziaływania**

223.2.1 *Osoby*

Niniejsze sankcje dotyczą:

- wszystkich osób, akredytowanych przez FIS/PZN lub organizatora zawodów wpisanych do kalendarza FIS/PZN, które znajdują się w/ lub poza obszarem rozgrywania zawodów, jak również w każdym innym miejscu, które ma związek z zawodami, oraz
- wszystkich osób, które nie są akredytowane, a które znajdują się w miejscu rozgrywania zawodów.

223.3 **Kary**

223.3.1 *Za popełnienie czynu mogą być orzeczone następujące kary:*

- nagana pisemna lub ustna
- wycofanie akredytacji
- brak zgody na akredytację
- kara pieniężna, nie większa niż 100.000.- CHF
- kara doliczenia dodatkowego czasu

223.3.1.1 Związki narodowe zrzeszone w FIS ręczą względem FIS za wpłatę kary pieniężnej i powstałych kosztów administracyjnych, nałożonych na osoby zgłoszone przez nie do akredytacji.

- 2233.1.11 **W kraju–kluby sportowe** i inne organizacje zrzeszone w PZN ręczą względem PZN za wpłatę kary pieniężnej i powstałe koszty administracyjne, które nałożono na osoby zgłoszone przez nie do akredytacji.
- 223.3.1.2 Osoby, co do których nie ma zastosowania art. 223.3.1.1 ręczą same względem FIS za wpłatę kary pieniężnej oraz powstałych kosztów administracyjnych. Jeśli te osoby nie wpłacą kary pieniężnej, zostanie im cofnięte prawo do akredytacji na imprezy FIS na okres 1 roku.
- 2233.121 Osoby co do których nie ma zastosowania art. 223.1.1.1 ręczą same względem PZN za wpłatę kary pieniężnej oraz powstałych kosztów administracyjnych. Jeśli te osoby nie wpłacą kary pieniężnej, zostaną w stosunku do nich zastosowane sankcje.
- 223.3.1.3 Kary pieniężne są płatne w ciągu 8 (ośmiu) dni od ich nałożenia.
- 223.3.2 Na uczestniczących zawodników mogą być nałożone następujące dodatkowe kary:
- dyskwalifikacja
 - pogorszenie pozycji startowej
 - utrata nagród i premii na rzecz organizatora
 - zakaz udziału w imprezach FIS
- 223.3.3 Zawodnik może tylko wtedy zostać zdyskwalifikowany, jeśli przewinienie wpłynie korzystnie na wynik końcowy, o ile przepisy w pojedynczym przypadku nie stanowią inaczej.
- 223.4 Jury może nakładać kary wymienione w punktach 223.3.1 i 223.3.2, ale nie może orzekać kar pieniężnych większych niż 5000.- CHF (w kraju 2.000.- zł) oraz zakazać zawodnikowi udziału w innej imprezie FIS/PZN niż ta, na której popełniono wykroczenie.
- 223.5 **Następujące decyzje o karach mogą być orzeczone ustnie:**
- nagany,
 - cofnięcie akredytacji na aktualnie rozgrywane zawody osobom, które nie zostały zgłoszone organizatorowi do akredytacji przez narodowy związek narciarski,
 - cofnięcie akredytacji na aktualnie rozgrywane zawody osobom, posiadającym akredytację FIS,
 - brak zgody na akredytację na aktualnie rozgrywane osobom, które nie posiadając akredytacji znajdują się na terenie zawodów lub w innym miejscu związanym z zawodami.
- 223.6 **Następujące decyzje muszą być oznajmione pisemnie:**
- nałożenie kary pieniężnej
 - dyskwalifikacja
 - pogorszenie pozycji startowej
-

- zakaz udziału w zawodach
- cofnięcie akredytacji osobom, które zostały zgłoszone do akredytacji–przez ich narodowy związek narciarski
- cofnięcie akredytacji osobom posiadającym akredytację FIS/PZN.

- 223.7 Pisemne decyzje o karach muszą być doręczone osobie ukaranej (jeśli nie jest to zawodnik), jej narodowemu związkowi oraz Sekretarzowi Generalnemu FIS.
- 223.8 Dyskwalifikacje muszą zostać odnotowane w protokole sędziego arbitra i/lub w sprawozdaniu delegata technicznego.
- 223.9 Wszystkie kary muszą być ujęte w sprawozdaniu delegata technicznego.

224 Przepisy proceduralne

224.1 Kompetencje jury

Jury zawodów ma prawo większością głosów nakładać sankcje wg powyższych przepisów. Przy równej liczbie głosów decyduje głos przewodniczącego.

- 224.2 Podczas treningu i w czasie zawodów, każdy członek jury jest upoważniony do nałożenia ustnej nagany i cofnięcia aktualnej akredytacji osobom znajdującym się w kręgu działania na zawodach.

224.3 Przewinienia zespołowe

Jeśli kilka osób popełni jednocześnie ten sam czyn niedozwolony w tych samych okolicznościach, to jedna wydana decyzja o karze będzie obowiązującą dla wszystkich. Pisemna decyzja musi zawierać nazwiska wszystkich ukaranych osób oraz wymiar kary, jaką na każdą osobę nałożono. Decyzja o karze zostanie doręczona wszystkim ukaranym.

224.4 Terminowość

Ściganie osoby jest niedopuszczalne, jeśli nie wniesiono o wszczęcie procedury sankcji w ciągu 72 godzin od momentu popełnienia czynu niedozwolonego.

- 224.5 Każda osoba, będąca świadkiem przewinienia, jest zobowiązana zeznawać podczas każdego przesłuchania zwołanego przez jury. Jury jest zobowiązane uwzględnić wszystkie ważne dowody.

- 224.6 Jury może skonfiskować przedmioty, co do których podejrzewa się, że zostały użyte wbrew przepisom o wyposażeniu.

- 224.7 Przed nałożeniem kary (za wyjątkiem udzielenia nagany i cofnięcia akredytacji zgodnie z art. 223.5 i 224.2) osobie obwinionej należy dać okazję podczas przesłuchania do złożenia ustnej lub pisemnej obrony.

- 224.8 **Wszystkie decyzje jury są w formie pisemnej i zawierają następujące punkty:**

- 224.8.1 czyn niedozwolony o którym uważa się że został popełniony
- 224.8.2 dowód czynu niedozwolonego
- 224.8.3 przepis (y) lub polecenie (-nia) jury, które zostały naruszone.
- 224.8.4 nałożona kara
- 224.9 kara musi być odpowiednia do popełnionego przewinienia
Wymiar kary ustala się z uwzględnieniem okoliczności obciążających i łagodzących.
- 224.10 Środki prawne
- 224.10.1 Za wyjątkiem postanowień art. 224.11 można wnieść zażalenie w sprawie decyzji jury o ukaraniu.
- 224.10.2 Jeżeli zażalenie nie zostanie złożone w terminie określonym w przepisach ICR/NRS, decyzja jury o ukaraniu jest prawomocna.
- 224.11 **Następujące decyzje jury nie są przedmiotem zażalenia:**
- 224.11.1 Kary orzeczone ustnie, zgodnie z art. 223.5 i 224.2
- 224.11.2 Kary pieniężne poniżej 1000 CHF (jeden tysiąc franków szwajcarskich). **W kraju** poniżej 1 000.- zł (jeden tysiąc złotych).
- 224.12 We wszystkich pozostałych przypadkach, zgodnie z ICR/NRS, zażalenia będą kierowane do Komisji Apelacyjnej FIS.
- 224.12.1 **W kraju**, zażalenia na decyzję jury należy kierować do Wydziału Sędziowskiego PZN, w terminie do dwóch tygodni po zawodach i dostarczeniu pełnej dokumentacji oraz dowodu wpłaty kaucji. Wysokość kaucji jest ogłaszana w wytycznych sportowych. Po uznaniu zażalenia kaucja zostanie zwrócona składającemu zażalenie, po ewentualnym potrąceniu kosztów związanych z rozpatrywaną sprawą. Po odrzuceniu zażalenia kaucja przepada na rzecz PZN.
- 224.13 Jury ma prawo kierować do Komisji Apelacyjnej FIS wnioskowanie kary dla kar wyższych niż 5000 CHF oraz zalecenia dla zakazów startu, które wykraczają poza zawody, podczas których doszło do przewinienia.
- 224.13.1 **W kraju**, jury ma prawo wnioskować do PZN kary dla kar wyższych niż 2000.- zł oraz zalecenia dla zakazów startu, które wykraczają poza ramy zawodów podczas których doszło do przewinienia.
- 224.14 Zarząd FIS ma prawo przekazać Komisji Apelacyjnej komentarze do wszystkich pisemnych decyzji jury o ukaraniu.

224.15 Koszty proceduralne

Oplaty, wydatki gotówkowe oraz koszty przejazdu (koszty procedury) są naliczane tak jak dla delegata technicznego i każdorazowo płatne przez ukaranego. W przypadku uchylenia decyzji jury wszystkie koszty przejmuje FIS.

224.16 Egzekucja kar pieniężnych

224.16.1 Wpłacone kary pieniężne i koszty proceduralne należą do FIS/PZN. Koszty wykonawcze obowiązują jako koszty proceduralne.

224.16.2 Niezapłacone kary pieniężne, nałożone na ukaranego, obowiązują jako długi narodowego związku narciarskiego, do którego należy ukarany.

224.17 Fundusz wspierający

Wszystkie zapłacone kary pieniężne na zawodach FIS wpływają do Funduszu wspierania Młodzieży FIS.

224.18 Przepisów tych nie stosuje się przy przewinieniach dopingowych.

225 Komisja apelacyjna

225.1 Nominacja

- 225.1.1 Zarząd FIS wybiera z Podkomisji ds. Przepisów właściwej dyscypliny (lub Komisji Dyscyplinarnej jeśli nie ma Podkomisji ds. Regulaminów) przewodniczącego i wiceprzewodniczącego Komisji Apelacyjnej. Jeśli przewodniczący jest niedostępny z różnych powodów, Komisję reprezentuje wiceprzewodniczący.
- 225.1.2 Przewodniczący powołuje w skład Komisji Apelacyjnej 3. członków z Podkomisji ds. Regulaminów właściwej dyscypliny (lub Komisji Dyscyplinarnej), do każdej wniesionej sprawy. W skład Komisji może wejść także przewodniczący. Komisja Apelacyjna decyduje większością głosów.
- 225.1.3 Aby zapobiec wystąpieniu stronniczości i uprzedzeń, członkami powołanymi do Komisji Apelacyjnej nie powinni być członkowie tego samego narodowego związku narciarskiego co ukarani. Do tego członkowie powołani do Komisji Apelacyjnej muszą dobrowolnie poinformować przewodniczącego o wszelkiej stronniczości oraz każdym uprzedzeniu. Osoby, które są stronnicze lub uprzedzone, powinny zostać zwolnione przez przewodniczącego z pracy w Komisji Apelacyjnej, lub przez wiceprzewodniczącego, (jeśli chodzi o przewodniczącego).

225.2 Odpowiedzialność

- 225.2.1 Komisja Apelacyjna powinna przeprowadzać przesłuchania tylko w związku z zażaleniami ukaranych osób. Zarząd FIS przeprowadza przesłuchania w związku z zażaleniami na jury zawodów lub w przypadkach zaleceń kar nałożonych przez jury zawodów, które są większe, niż przewidziane w sankcjach.

225.3 Sposób postępowania

- 225.3.1 Apelacja musi zostać rozpatrzona w ciągu 72 godzin od momentu otrzymania jej przez przewodniczącego. Tylko jeśli wszystkie zaangażowane strony wyrażą pisemną zgodę, termin przesłuchania może zostać przedłużony.
- 225.3.2 Wszystkie zażalenia i odpowiedzi muszą być sporządzane pisemnie, włącznie ze wszystkimi dowodami i zeznaniami świadków, które strony zamierzają przytoczyć.
- 225.3.3 Komisja Apelacyjna ustala miejsce i sposób rozpatrzenia zażalenia. Członkowie Komisji Apelacyjnej są zobowiązani do przestrzegania tajemnicy zażaleń dopóki decyzja nie zostanie ogłoszona i do konsultowania się wyłącznie z innymi członkami Komisji. Przewodniczący Komisji Apelacyjnej ma prawo zażądać dodatkowych materiałów pod warunkiem, że to nie będzie wymagać specjalnych środków.

- 225.3.4 Komisja Apelacyjna decyduje o dysponowaniu kosztami zgodnie z art. 224.15.
- 225.3.5 Decyzje Komisji Apelacyjnej mają być ogłoszone ustnie na zakończenie przesłuchania. Decyzja wraz z uzasadnieniem zostanie pisemnie przekazana do FIS. FIS przekazuje ją do zainteresowanych stron, ich narodowym związkom narciarskim oraz wszystkim członkom jury, przeciwko którym decyzji zostało wniesione zażalenie. Ponadto pisemna decyzja znajduje się w Biurze FIS.
- 225.4 **Dalsze zażalenia**
- 225.4.1 Przeciwko rozstrzygnięciom Komisji Apelacyjnej, jako pierwszej instancji, można wystąpić z odwołaniem do Sądu FIS (art. 52.2 statutu FIS).
- 225.4.2 Zażalenie do Sądu powinno być skierowane do Sekretarza Generalnego FIS, w określonym czasie od dnia podjęcia decyzji przez Komisję Apelacyjną, zgodnie z art. 52.2 Statutu FIS.
- 225.4.3 Zażalenie na Komisję Antydopingową lub Sąd FIS nie mają działania odraczającego na decyzje o ukaraniu wydane przez jury zawodów lub Komisję Antydopingową.

226 Naruszenie sankcji

W przypadku naruszenia którejś z nałożonej sankcji zgodnie z ICR 223 lub przepisami FIS dot. antydopingu, Zarząd FIS może nałożyć dalsze i inne sankcje, które uzna za odpowiednie.

W takich przypadkach może zostać nałożonych kilka lub wszystkie z następujących sankcji:

- 226.1 **Sankcje wobec uczestniczących osób:**
- pisemna nagana i/ lub
 - kara pieniężna nie wyższa niż 100.000 CHF i/lub
 - zakaz udziału w zawodach na następnym poziomie sankcji–np. jeśli za doping zostanie nałożony 3–miesięczny zakaz udziału w zawodach, naruszenie tej sankcji doprowadzi do nałożenia dwuletniego zakazu startu;
 - jeśli za doping został nałożony dwuletni zakaz startu, naruszenie tej sankcji doprowadzi do nałożenia dożywotniego zakazu startu; i/lub
 - cofnięcie akredytacji zainteresowanym osobom.
- 226.2 **Sankcje wobec narodowych związków narciarskich:**
- cofnięcie wsparcia finansowego FIS dla narodowych związków narciarskich i/ lub
 - odmowa organizacji przyszłych zawodów FIS w dotyczącym tego kraju i/lub
 - cofnięcie kilku lub wszystkich praw członków FIS, włącznie z uczestnictwem na wszystkich imprezach FIS, prawem głosu na Kongresie FIS, członkostwem w Komisjach FIS.

226.3 Przepisy o protestach podane są w dalszej części NRS.

227 W kraju

227.1 Unieważnienie zawodów

Jeżeli przy przeprowadzeniu zawodów / konkurencji stwierdzono jaskrawe uchybienia przeciwko przepisom NRS, pomiarowi czasu i sędziowaniu–DT i jury mają prawo unieważnić zawody/ konkurencję nie zezwalając na jej powtórzenie. Prawo unieważnienia zawodów/konkurencji przysługuje OZN-owi odnośnie zawodów odbywających się na jego terenie–do szczybla okręgowego włącznie i PZN-owi odnośnie wszystkich zawodów.

227.2 Odwołania

Przeciwko decyzji jury i DT rozstrzygających protest na zawodach, przysługuje zainteresowanemu klubowi prawo wniesienia odwołania listem poleconym do Wydziału Sędziowskiego PZN do 14 dni od daty wydania decyzji. Przy składaniu odwołania, wraz z pełną dokumentacją, należy równocześnie wpłacić kaucję w odpowiedniej wysokości na konto PZN, zaś kopię dowodu wpłaty dołączyć do odwołania. W przypadku uwzględnienia odwołania kaucja zostanie zwrócona, a w przypadku odrzucenia odwołania–przepada. Odwołania, które wpłyną do PZN po terminie nie będą rozpatrywane.

227.3 Wysokość kaucji przy składaniu protestów i odwołań jest podawana w wytycznych sportowych PZN i może być zmieniona.

Zmiany są ogłaszane w wytycznych sportowych PZN – patrz także art. 224.12.1.

227.4 Wytyczne sportowe określają co roku dodatkowe warunki ubezpieczenia.

227.5 Jeśli wylosowany zawodnik nie stawi się na starcie, a jego nieobecność nie została usprawiedliwiona i zaakceptowana przez DT, kierownik ekipy lub trener musi wpłacić kwotę, określoną w wytycznych sportowych PZN w biurze zawodów za odpowiednim potwierdzeniem na druku ścisłego zarachowania. Ponadto należy udzielić nagany kierownictwu ekipy (imiennie) w komunikacie z wynikami zawodów. Zmiana wysokości w/w kary będzie podawana w wytycznych sportowych PZN przed sezonem.

227.6 **W kraju** – przy określaniu sankcji, Zarząd PZN, Wydział Sędziowski PZN, jury zawodów mogą się dodatkowo wzorować na sankcjach przewidzianych przez FIS.

228 Postanowienia specjalne

228.1 Uprawnienia kierownika zawodów

W przypadku zaistnienia wybitnie niekorzystnych warunków atmosferycznych czy stawienia się na zawody niedostatecznej ilości sędziów, kierownik zawodów w porozumieniu z DT może wyrazić zgodę na:

- dopuszczenie do sędziowania osób nie spełniających warunków określonych w Narciarskim Regulaminie Sędziów i wytycznych PZN
- kumulowanie funkcji.

229 Obniżenie wymagań NRS

Delegat Techniczny, na wniosek kierownika zawodów, jest uprawniony do obniżenia w formie pisemnej wymagań NRS:

- w konkurencjach zjazdowych: odnośnie długości tras, różnicy poziomów, ilości zmian kierunków, przy szczególnie niekorzystnych warunkach śniegowych czy atmosferycznych, na zawodach wszystkich rodzajów. Decyzję, czy wyniki uzyskane będą mogły stanowić podstawę do uzyskania FIS/POL-punktów wyda PZN.
- w konkurencjach biegowych: odnośnie wielokrotności przebiegania przez pętlę i długości tras na wszystkich zawodach za wyjątkiem Mistrzostw Polski oraz biegów do kombinacji norweskiej. Jeśli na zawodach nie ma DT, uprawnionymi do obniżenia wymagań NRS są: kierownik zawodów i sędzia główny.

230 Weryfikacja zawodów

Zawody weryfikuje komisja w składzie: sekretarz zawodów, DT, kierownik zawodów,

230.1 Zadania komisji weryfikacyjnej.

Do zadań komisji weryfikacyjnej należy:

- dopilnowanie, aby zawody były przeprowadzone zgodnie z przepisami NRS, regulaminem zawodów i wytycznymi sportowymi PZN
- kontrola prawidłowości ogłaszania wyników i wydawania komunikatów
- spisanie protokołu weryfikacyjnego po skończonych zawodach.

231 Sędziowie

Do sędziowania w zawodach narciarskich upoważnieni są sędziowie narciarscy, zweryfikowani, legitymujący się ważnymi legitymacjami sędziowskimi z licencją, wydawanymi przez Wydział Sędziowski PZN, zaś sędziowie kandydaci zaświadczeniami wydanymi przez komisje sędziowskie OZN. W czasie zawodów

sędziowie są obowiązani nosić widoczne odznaki wskazujące, że pełnią oni funkcje sędziowskie.

- 231.1 Wszyscy sędziowie pełniący funkcje w czasie określonych zawodów stanowią kolegium sędziów działające pod kierownictwem sędziego głównego.
- 231.2 Uprawnienia i obowiązki sędziego głównego na zawodach:
- a. przewodniczenie kolegium sędziów
 - b. wyznaczanie obsady sędziowskiej na poszczególne konkurencje.

ROZDZIAŁ II

300 ZAWODY BIEGOWE

- 300.1 Zawody uznane przez FIS przeprowadzane są na podstawie następujących wytycznych: ICR/- 1. Część (200 ff) i część 2. (300 ff) oraz inne regulaminy i poprawki publikowane przez Komisję FIS ds. biegów.
- 300.2 **Zawody krajowe** są przeprowadzane na podstawie Narciarskiego Regulaminu Sportowego (NRS) Zeszyt I – część ogólna art. 200 i część II art. 300 oraz wytycznych sportowych publikowanych corocznie przed sezonem przez PZN.

A. ORGANIZACJA

301 Komitet Organizacyjny (KO)

Do organizacji każdego zawodów międzynarodowych i krajowych powołuje się komitet organizacyjny (KO). KO składa się z członków powoływanych przez Związek i organizatora.

KO reprezentuje prawa i zadania organizatora. Patrz art. 210.

302 Funkcyjni zawodów

302.1 Wyznaczanie funkcyjnych

302.1.1 FIS powołuje następujących funkcyjnych:

na Igrzyska Olimpijskie (ZIO) i Mistrzostwa Świata (MŚS):

- delegata technicznego (DT), asystenta DT, członków jury, FIS dyrektora zawodów (RD) i asystenta dyrektora zawodów (RDA)

na Puchary Świata (PŚ):

- DT, as. DT, FIS dyrektora zawodów (RD)

na Mistrzostwa Świata Juniorów (MŚJ):

- DT. - As. DT i jednego członka jury

na zawody Pucharu Kontynentalnego (COC) i zawody FIS:

- DT

Asystent dyrektora zawodów (RDA) nie jest członkiem jury z prawem głosu lecz w przypadku nieobecności dyrektora zawodów (RD) przejmuje jego kompetencje i obowiązki.

302.1.2 **Związek krajowy** powołuje następujących funkcyjnych:
na MŚJ, PŚ, COC i zawody FIS: -asystenta DT

302.1.2.1 Wydział Sędziowski PZN wyznacza: DT oraz asystenta DT

302.1.2.2 Komisje Sędziowskie OZN/ZW organizującego zawody centralne wyznaczają sędziego głównego

302.1.3 **Funkcyjni powoływani przez Komitet Organizacyjny:**

302.1.3.1 Na IO, MŚS, MŚJ następujący funkcyjni powinni być powołani przez FIS:

- kierownik zawodów
- asystent kierownika zawodów
- sekretarz zawodów
- kierownik tras
- kierownik stadionu

302.1.3.2 Przewodniczący KO lub jego zastępca reprezentują KO na forum publicznym i kierują zebraniem KO. Przed zawodami i w czasie zawodów KO ściśle współpracuje z FIS, a w **kraju** – z PZN/OZN/ZW. Patrz art. 210.

Spośród członków KO jest powoływany kierownik zawodów posiadający odpowiednie kwalifikacje umożliwiające prawidłowe prowadzenie zawodów, nadzór nad sprawami technicznymi oraz udział w jury.

Funkcyjni to specjaliści o szczególnych kwalifikacjach pozwalających im na perfekcyjne wykonywanie powierzonych zadań. Każdy funkcyjny może piastować tylko jedną funkcję. Funkcyjni muszą być łatwo rozpoznawalni poprzez ubiór, opaski oraz inne znaki szczególne.

302.1.3.1 Na zawodach ujętych w **centralnym kalendarzu imprez PZN** funkcję kierownika zawodów należy powierzyć licencjonowanemu DT lub sędziemu minimum stopnia związkowego posiadającemu aktualną specjalizację. W zawodach międzynarodowych kierownik zawodów musi posługiwać się biegle językiem angielskim.

302.1.4 DT musi być stale informowany przez KO o postępach w przygotowaniach i ewentualnych zmianach.

302.2 **Funkcyjni na zawodach powoływani przez kierownika zawodów**

302.2.1 Funkcyjnymi na zawodach są:

- sekretarz zawodów
- kierownik tras
- kierownik pomiaru czasu i obliczeń
- kierownik stadionu
- kierownik kontroli zawodów i służb porządkowych

Jeżeli jest to konieczne kierownik zawodów może powołać innych funkcyjnych.

302.3 **Funkcyjni zawodów i ich obowiązki**

- 302.3.1 **Kierownik zawodów** - odpowiada za wszystkie aspekty zawodów jak też kontrolę pracy wszystkich pozostałych funkcyjnych. Regularnie i bez przerwy musi informować DT o przygotowaniach jak też o wszelkich zmianach.
- 302.3.2 **Sekretarz zawodów** - odpowiada za wszystkie zadania sekretariatu, techniczne aspekty jak np. zgłoszenia do zawodów, odprawę kierowników drużyn, programy, ogłoszenie list startowych i list wyników, protesty.
- 302.3.3 **Kierownik tras** – odpowiada za przygotowanie tras zawodów, miejsca do testowania nart i do rozgrzewki (frezowanie, ubijanie torów/tras, oznakowanie, odgrodenie).
- 302.3.4 **Kierownik mierzenia czasu i obliczeń** – odpowiada za kierowanie i koordynowanie funkcyjnymi odpowiedzialnymi za pomiar czasu (starter, sędzia mety, celowniczy, mierzący czas ręcznie, mierzenie elektroniczne, pomiar międzyczasów, obliczanie wyników). Kierownik mierzenia czasu i obliczeń nadzoruje przygotowanie sprawozdania dotyczącego czasu i danych (Timing and Data Technical Report - TDTR) oraz pliku XML służącego do elektronicznego przekazania wyników do FIS po zakończeniu zawodów. Kopia Raportu może być wydrukowana, (w przypadku gdy DT nie ma do niego dostępu) aby przed wysłaniem XML-u zweryfikować jego poprawność. Program TDTR można znaleźć na stronie FIS.
- 302.3.5 **Kierownik stadionu** – jest odpowiedzialny za wszystkie działania w obszarze „pola gry” stadionu. Obejmuje to przygotowanie trasy i oznaczenia na stadionie, właściwe ustawienie i bezpieczne umieszczenie dowolnych komercyjnych ram marketingowych i konstrukcji na stadionie, bezpieczne i dobrze oznaczone ścieżki dla zawodników na start. Kierownik stadionu jest odpowiedzialny za zapewnienie wystarczającej ilości miejsc dla odzieży sportowców, trenerów, dostawców sprzętu, urzędników antydopingowych i personelu medycznego na mecie, a także za dobrą współpracę z mediami i ceremonie na mecie.
- 302.3.6 **Kierownik kontroli zawodów i służb porządkowych** – odpowiada wraz z jury za rozmieszczenie kontrolerów, zbiera wszelkie informacje i przekazuje swoje uwagi dla jury tak szybko jak tylko jest to możliwe. Na każdym punkcie kontrolnym są niezbędne dwie osoby. O ilości kontrolerów i ich rozmieszczeniu nie należy powiadamiać zawodników, trenerów i innych funkcyjnych. Na każdym stanowisku sędziowie notują uchybienie i niewłaściwe zachowania zawodników. Powinni do tego celu posłużyć się sprzętem video. Po zawodach muszą powiadomić swojego kierownika o wszystkich przekroczeniach regulaminu i ewentualnie pozostać do dyspozycji jury.
- 302.3.7 **Kierownik ds. mediów** – odpowiada za wyznaczenie w strefach mieszanych stanowisk dla fotografów, dziennikarzy i komentatorów. Do jego obowiązków należy przygotowanie pomieszczenia na konferencje prasowe i odpowiednią infrastrukturę przeznaczoną do użytku mediów umożliwiającą obserwację

przebiegu i komentowanie zawodów. Odpowiada również za rzeczowy przepływ informacji do prasy, radia, telewizji oraz pełną sprawność techniczną nagłośnienia na stadionie.

302.3.8 Kierownik służb medycznych i służb ratunkowych - odpowiada za organizację pierwszej pomocy i szybki transport pacjentów do najbliższej przychodni lub szpitala.

Służby ratunkowe i medyczne muszą być w ciągłej gotowości w czasie treningów i zawodów.

Dokładne informacje dotyczące zadań – patrz FIS Medical Guides.

303 Jury i jego obowiązki

303.1 Członkowie jury

303.1.1 Podczas ZIO oraz MŚS jury składa się z następujących osób:

- DT, który przewodniczy jury (powołany przez FIS)
- asystenta DT – (powołany przez FIS)
- kierownika zawodów
- dwóch zagranicznych członków – (powołany przez FIS)
- dyrektora zawodów (powołany przez FIS)

Te osoby są powołane przez Zarząd FIS, na wniosek Komisji Biegów FIS.

303.1.2 Na PŚ jury składa się z następujących osób:

- DT, (powołanego przez FIS)
- asystenta DT (powołanego przez FIS)
- dyrektora zawodów (mianowanego przez FIS)
- kierownika zawodów
- krajowego asystenta DT (powołania przez krajowy związek) współpracującego z regionalnym koordynatorem DT.

303.1.3 Na MŚJ jury składa się z następujących osób:

- DT (powołanego przez FIS)
- asystenta DT (powołany przez FIS)
- jednego członka jury (powołany przez FIS)
- kierownika zawodów
- krajowego asystenta DT (powołanego przez związek gospodarza zawodów) – w uzgodnieniu z regionalnym koordynatorem DT.

303.1.4 W zawodach na Zimową Uniwersjadę (UWG) kierownictwo zawodów składa się z następujących osób:

- delegat techniczny (TD), który jest przewodniczącym Jury (powołany przez FIS)
- asystent delegata technicznego (zatwierdzony przez FIS)
- dyrektor zawodów **FISU** (powołany przez **FISU**).
- kierownik zawodów
- krajowego asystenta DT (powołany przez związek gospodarza zawodów) – w uzgodnieniu z regionalnym koordynatorem DT.

303.1.5 Dla EYOF, Asian Winter Games i Mistrzostw Świata na nartorolkach jury składa się z następujących osób:

- delegat techniczny (TD), przewodniczący Jury (powołany przez FIS)
- asystent delegata technicznego (powołany przez FIS)
- kierownik zawodów
- krajowego asystenta DT (powołany przez związek gospodarza zawodów) – w uzgodnieniu z regionalnym koordynatorem DT.

- 303.1.6 Na COC i zawodach FIS, Mistrzostwach Świata na nartorolkach i nartorolkowych zawodach FIS jury składa się z następujących osób:
- DT, przewodniczący jury, (powołany przez FIS)
 - kierownika zawodów
 - krajowego asystenta DT (powołany przez organizatora w uzgodnieniu z regionalnym koordynatorem DT).
- 303.1.7 **Na zawodach krajowych jury składa się z:**
- DT jako przewodniczącego
 - asystenta DT
 - kierownika zawodów
 - sędziego głównego
- Przy równej ilości głosów decyduje głos DT.
- 303.2 **Rola Delegatów Technicznych (DT), asystentów (DTA) na PŚ, MŚS, ZIO, MŚJ i zawodach FIS.**
- 303.2.1 **Uprawnienia**
DT delegowany jest przez FIS/PZN i w ich imieniu gwarantuje zgodność przebiegu zawodów z regulaminami. DT musi posiadać aktualną licencję. Odpowiada za plan i koordynację pracy asystenta DT z ramienia FIS/PZN przed zawodami, w czasie ich trwania i po ich zakończeniu. Odpowiada za organizację pracy jury.
- 303.2.2 **Powołania**
- 303.2.2.1 Na zawodach ZIO, MŚS, MŚJ – DT, As. DT i pozostali członkowie jury muszą posiadać aktualną licencję DT w biegach narciarskich.
- 303.2.2.2 Na wszystkich zawodach ZIO, MŚS oraz PŚ – DT i as. DT muszą reprezentować różne kraje. Na pozostałych zawodach międzynarodowych mogą być przedstawicielami rodzimych związków. Zawody corocznie ukazujące się w kalendarzu FIS powinny być przynajmniej raz na cztery lata obsadzone przez zagranicznych DT.
- 3032221 **Na zawodach krajowych** DT musi być z innego Okręgu/Związku.
- 303.2.2.3 W zawodach ZIO, MŚS, i PŚ – DT i jego asystent są wyznaczani przez Komisję Biegów FIS. Dla ZIO, MŚS i MŚJ powołania muszą być potwierdzone przez Zarząd FIS Na pozostałe zawody międzynarodowe DT są wyznaczani przez Podkomisję Biegów ds. Kontroli i Regulaminów. Na MŚJ, PŚ, COC oraz zawody FIS związek mianuje swojego asystenta DT. Podlega on DT FIS i stosuje się do jego zaleceń.
- 303.2.2.4 Osoby, które przy narodowym związku narciarskim pełnią funkcje kierownicze lub są opiekunami drużyny, nie mogą być mianowani na DT lub członków komisji sędziowskich podczas ZIO, MŚS, MŚJ oraz PŚ.

303.3 **Obowiązki jury**

303.3.1 Jury musi mieć pewność, że zawody są organizowane i przeprowadzane zgodnie z regulaminami FIS/PZN. Obowiązki wchodzi w życie w momencie zawiązania się jury i kończą wraz z załatwieniem protestów z ostatniego dnia i opublikowaniem oficjalnej listy wyników. Pierwsze posiedzenie jury powinno się odbyć przed pierwszym oficjalnym treningiem.

303.3.2 **Jury musi ustalić i sprawdzić:**

- czy zawody mają być przesunięte, przerwane lub odwołane
- czy trasa zawodów z powodów bezpieczeństwa powinna być zmieniona albo czy dodatkowe środki bezpieczeństwa powinny być wprowadzone na trasie (płatki i inne zabezpieczenia)a)
- czy można dopuścić zgłoszenia spóźnione lub rezerwowe
- czy protesty zaakceptować i czy nałożyć sankcje lub dyskwalifikacje
- czy nałożyć wnioski o dalsze sankcje wobec zawodnika lub opiekuna
- czy w określonych przypadkach stosowna jest zmiana kolejności startu lub dana metoda startu
- rozstrzyganie i postanawianie w kwestiach nie objętych regulaminem FIS/PZN.

303.3.3 W szczególnych sytuacjach, zwłaszcza podczas oficjalnego treningu i zawodów, każdy członek jury ma prawo do udzielenia ustnych upomnień oraz pozbawiania aktualnej akredytacji.

303.3.4 Decyzje jury podejmowane są większością głosów. Przy równej ilości głosów decyzję podejmuje przewodniczący jury.

303.4 **Obowiązki jury przed i w czasie zawodów**

303.4.1 Wszyscy członkowie jury **muszą odpowiednio wcześniej** przybyć na miejsce zawodów w celu dokonania kontroli stanu przygotowań do treningu i do zawodów oraz, jeśli to konieczne (na dwa pełne dni robocze przed pierwszym startem), zarządzić niezbędne zmiany.

DT odpowiada za wykonanie wszystkich obowiązków jury i powinien rozdzielić funkcje pomiędzy członkami jury według ich przygotowania fachowego.

Członkowie jury powinni posiadać umiejętność przebiegnięcia trasy na nartach i sprawdzenia przygotowania trasy.

303.4.2 Obowiązki jury przed przybyciem na miejsce zawodów są powiązane ale nie ograniczają się do:

- zaproszenie
- program zawodów
- zgłoszenia i kwalifikacje
- plany tras i stadionu
- warunki śniegowe, plan rezerwowy (w przypadku złej pogody)
- inspekcja na miejscu zawodów (według życzenia Komisji Biegów).

- 303.4.3 Zadania jury po przybyciu na miejsce zawodów są powiązane ale nie ograniczają się do:
- *ubezpieczenia (ICR/NRS 212.2)*
 - *trasy:*
 - homologacje, przygotowanie – (warunki śniegowe, tory/ubijanie, urządzenia do torów, przedbiegacze,
 - punkty kontrolne, plany działania w razie przypadków ekstremalnych warunków pogodowych, włączając utwardzenie trasy salmiakiem),
 - oznakowanie tras, sprawy bezpieczeństwa, strefy dla trenerów i innych,
 - punkty odżywiania, drogi dla maszyn śniegowych (w miarę możliwości).
 - *obszar dla zespołów:*
 - możliwości smarowania nart, teren do testowania i do rozgrzewki
 - *stadion*
 - dokładne plany, rozmieszczenia, zamknięcia, główna logistyka, punkty informacyjne nagłośnienie
 - *obsługa medyczna:*
 - punkt pierwszej pomocy, plany ratunkowe, kontrola dopingu (przygotowania, osoby fachowe),
 - *warunki dla zespołów:*
 - porównywalne (odległości, ceny, posiłki)
 - *biuro zawodów:*
 - miejsce, program, wyposażenie, godziny otwarcia, informacje dla zespołów,
 - formularze, listy (FIS/POL – punkty, listy PŚ, pisemne ostrzeżenia), zgłoszenia (kwalifikacje, ilości zawodników, kody FIS, podział na grupy – jeśli niezbędne)
 - *odprawa kierowników drużyn:*
 - miejsce, program odprawy, wyposażenie pomieszczenia, napoje i in.,
 - program dnia, przedstawienie KO, informacje dla zespołów, próbne losowanie (jeśli konieczne), monitorowanie odprawy i podejmowanie decyzji jeśli to jest niezbędne.
 - *pomiary czasu:*
 - przebieg startu i mety, foto-finish, mierzenie czasów, główne pomiary,
 - opracowanie danych, listy startowe, listy wyników, przekazanie danych w pliku XML do FIS/PZN, sprawozdanie w języku XML dotycząco czasu i danych (TDTR).*kontrola zawodów:*
 - punkty kontrolne, kontrola techniki, wyposażenia, przebieg zawodów,
 - znakowanie nart (jeśli potrzebne)
 - *jury:*
 - warunki pracy, identyfikacja, komunikacja
 - *ceremonie:*
 - program, rozdział nagród, protokoły
 - *media (jeśli konieczne):*
 - centrum prasowe, informacje dla mediów,
 - konferencje prasowe

- *bezpieczeństwo*:
sposób akredytacji, identyfikacja, kontrola
dojścia i wyjścia
- *transport*

- 303.4.4 Obowiązki jury w czasie zawodów są określone ale nie ograniczają się tylko do:
- wszyscy członkowie jury muszą odpowiednio wcześniej przybyć na miejsce zawodów (normalnie na 2 godziny przed startem),
 - sprawdzić czy zawody mogą się rozpocząć zgodnie z planem (stadion, przygotowanie tras, warunki pogodowe, przybycie zespołów)
 - sprawdzić zgłoszenia rezerwowe i spóźnione,
 - zmiany rozgrzewki, testowanie nart, przebieg trasy ,
 - rozstrzygnięcie o poprawianiu tras, zmianach programu, przedbiegaczach i patrolach śnieżnych (jeżeli konieczne) ,
 - jeśli jest to konieczne decydowanie o posypaniu trasy salmiakiem,
 - informowanie zespołów o posiedzeniach jury
 - pilnowanie przebiegu zawodów ,
 - rozstrzygnięcie o wszystkich zgłoszonych odstępstwach od regulaminów, szczególnie ICR/NRS art. 207 (reklama i znaki komercyjne), jak również o spóźnionych startach (w przypadku „siły wyższej” z powodu której nastąpiło opóźnienie startu),
 - rozstrzygnięcie złożonych protestów ,
 - braki w dokumentacji rozstrzygnięć jury, które mogłyby być wykorzystane w odwołaniu,
 - sprawdzenie czasów i wyników, naliczanie karnych czasów, zatwierdzenie oficjalnych wyników,
 - sprawdzenie, czy wyniki oficjalne zostały opublikowane na stronie FIS/PZN,
 - DT musi wysłać sprawozdanie DT do trzech dni po zawodach.

304 Ustalenia odnośnie zwrotu kosztów

304.1 Regulacja diet

- 304.1.1 Funkcyjni zawodów mają prawo do zwrotu wszystkich kosztów podróży (w tym opłaty związane z przelotem, opłaty za bagaż, wypożyczenie samochodu lub wypłata za kilometry, opłaty związane z wizą, ubezpieczenie zdrowotne, parking na lotnisku, z opłatami za autostradę włącznie) jak również do bezpłatnego noclegu i wyżywienia podczas pełnienia swojej funkcji. Regulacja ta dotyczy również uzgodnionych inspekcji oraz dojazdu na zawody (pociągiem – kl.1 a przy większych odległościach samolotem - klasa turystyczna, względnie ryczałtu za kilometry o równowartości 0,70 CHF/1km) lub jego ekwiwalent. Oprócz tego obowiązują diety podrózne w wys. 100. CHF NETTO za każdy

dzień spędzony w podróży w jedną stronę oraz za drogę powrotną, a także diety pobytowe, zwrot kosztów przesyłek, sprawozdań raportów do Związku itp.

- 304.1.2 Podwójne wystawianie rachunku przez DT (np. dieta pobytowa i podróżna za ten sam dzień) są niedozwolone. Jeżeli w czasie podróży konieczne są noclegi, po uzasadnieniu takiej potrzeby zwracane są koszty na odrębnych warunkach.
- 304.1.3 Maksymalna opłata za osobisty transport naziemny nie może przekroczyć równowartości kosztów transportu lotniczego w klasie ekonomicznej.
- 304.1.4 Zwrotu kosztów dokonuje się w następujący sposób:
- na ZIO, MŚS i MŚJ obowiązuje specjalny regulamin,
 - na Pucharze Świata: DT, zagranicznemu asystentowi DT i asystentowi wyznaczonemu przez związek,
 - na innych zawodach międzynarodowych: DT oraz asystentowi z ramienia związku.
- 304.1.5 Prawo do zwrotu kosztów podróży ma zastosowanie także w przypadku odwołania lub przesunięcia terminu zawodów. Stawka dzienna obowiązuje dla rzeczywistych dni podróży i pracy. Koszty podróży w postaci bezzwrotnych dopłat za bilety oraz opłat za wymianę biletów również podlegają zwrotowi.
- 304.1.6 **W Polsce, na zawodach krajowych** DT otrzymuje zwrot kosztów przejazdu, nocleg i wyżywienie oraz wynagrodzenie sędziowskie. Wysokość wynagrodzenia dla DT, as DT i sędziów jest ogłaszana w wytycznych sportowych PZN przed każdym sezonem.
DT powinien przybyć na zawody w przeddzień oficjalnego treningu.

305 Odprawa kierowników drużyn

305.1 Postępowanie

- 305.1.1 Przed każdymi zawodami przeprowadzana jest odprawa kierowników drużyn. Powinna ona odbyć się w dniu poprzedzającym zawody.
- 305.1.2 Termin oraz miejsce odprawy należy opublikować w zapowiedzi zawodów (art. 216). DT oraz jury zawodów ustalają liczbę akredytowanych osób i działaczy reprezentujących związki / klub na odprawie.
- 305.1.3 Na ZIO, MŚS, Pucharach Świata oraz MŚJ przedstawiciele zespołów biorących udział w odprawie technicznej muszą podpisać listę obecności.
- 305.1.4 Na ZIO, MŚS, Pucharach Świata oraz MŚJ odprawy prowadzone są w języku angielskim, a następnie tłumaczone na język ojczysty organizatora. Obowiązuje tłumaczenie na żywo.
- 305.1.5 Odprawę prowadzi kierownik zawodów.

- 305.1.6 Na odprawach decyzje podejmowane są większością głosów oddanych przez osoby uprawnione do głosowania. Każda ekipa posiada 1 głos.
- 305.1.7 Jeżeli zaistnieje potrzeba, jury może przerwać odprawę w celu zmiany decyzji. Należy powiadomić o tym przy wznowieniu zebrania (art. 303.3.2).
- 305.2 **Porządek obrad**
- 305.2.1 Na odprawę techniczną należy przygotować porządek obrad w formie pisemnej. Jest on przygotowywany przez sekretariat przy współpracy i kierownika zawodów i jury.
- 305.2.2 **Na zawodach międzynarodowych i krajowych** porządek dnia zawiera następujące punkty:
- sprawdzenie obecności
 - przedstawienie członków komitetu organizacyjnego
 - przedstawienie jury; jeżeli to konieczne - utworzenie jury
 - prognoza pogody
 - sprawdzenie zgłoszeń lub utworzenie grup zawodników
 - losowanie lub przedstawienie listy startowej
 - przedstawienie opisu stadionu (dojście, miejsce znakowania nart, start, dobieg na metę, strefa zmian dla sztafet, namiot jako przebieralnia, wyjście itp.),
 - opis trasy (dojście, profil, odgałęzienia, międzyczasy, punkty żywienia, miejsca niebezpieczne, oznakowanie tras itd.)
 - przygotowanie tras
 - czas, miejsce i regulamin testowania nart
 - trasy treningowe i terminy treningów
 - pakiet informacyjny DT
 - informacje dyrektora FIS
 - pakiet informacyjny organizatora zawodów.
- 305.2.3 Odprawa musi być protokołowana. Protokół ma zawierać wszystkie omawiane tematy w dyskusji, decyzje jury i zalecenia.

B. ZAWODY BIEGOWE

310 Formaty zawodów i programy

310.1 Tablica dystansów i długości tras

Format zawodów	Dystanse zawodów (km)	Długości tras (km)
Indywidualne	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
Ze startem wspólnym	10, 15, 30, 50	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 8.3 , 10, 15, 12.5 , 16.7
Powszechne	Bez ograniczeń	Bez ograniczeń
Łączone (Skiathlon)	5+5,7.5+7.5,10+10,15+15	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Podwójne 2-cz. (Pursuit)	5, 7.5, 10, 15	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Sztafety (z 3 lub 4 zaw. ew.mieszane)	2.5, 3.3, 5, 7.5, 10	2.5, 3.3, 3.75, 5, 7.5, 10
Sprint indyw.	1 – 1.8	0.5 – 1.8
Sztafeta sprint.	2x(3-6) x 1 – 1.8	0.5 – 1.8

Ta tablica jest ważna dla organizacji zawodów z większą ilością okrążeń, wszelako należy przy wyborze krótszych tras z większą ilością okrążeń, rozważyć ogólny dystans, format startu i szerokość trasy. Sprinty indywidualne mogą być przeprowadzone na jednym okrążeniu lub więcej.

310.2 Definicje technik

310.2.1 Jury może nakazać lub zakazać stosowania niektórych technik na oznaczonych odcinkach trasy. Wszystkie przewinienia rozpatruje Jury.

310.2.2 Technika klasyczna

310.2.2.1 Technika klasyczna polega na pokonywaniu trasy krokiem naprzemianstronnym (dawny krok z odbicia), bezkrokiem (pchaniem) lub jednokrokiem, krokiem rozkrocznym bez fazy poślizgu (jodełka) oraz krokami zmiany kierunku.

310.2.2.2 Poruszanie się krokiem naprzemianstronnym zawiera naprzemienne ruchy ramion i nóg, w technice tej zawiera się krok klasyczny naprzemianstronny i krok rozkroczny (jodełka) bez fazy poślizgu. W krokach tych, tylko jeden lub żaden kijek, ma kontakt z podłożem w dowolnym momencie.

310.2.2.3 Techniki zmian kierunku biegu polegają na bocznym odstawieniu wewnętrznej narty do zmiany kierunku i odpychaniu zewnętrzzną nartą w celu zmiany kierunku biegu.

Odcinki trasy gdzie techniki zmian kierunku biegu są dozwolone muszą być dokładnie oznaczone.

310.2.2.4 Tam gdzie położono jeden lub więcej torów, wielokrotne zmienianie lub wchodzenie i wychodzenie z toru- jest niedozwolone.

310.2.2.5 Pojedyncze lub podwójne łyżwowanie jest niedozwolone.

310.2.3 Technika dowolna

Technika dowolna dopuszcza stosowanie wszystkich technik biegowych.

310.3 Programy ZIO, MSS, MŚJ, Pucharu Świata i zawodów FIS

310.3.1 ZIO i MŚS

310.3.1.1 Na ZIO i MŚS program przedstawia się następująco:

Start - mężczyźni: 15 km C/F

Indywidualny - kobiety: 10 km C/F

Start -mężczyźni: 50 km C/F

wspólny: - kobiety : 30 km C/F

Łączony - mężczyźni: 15kmC–15 km F

(Skiathlon): - kobiety: 7.5 km C–7.5 km F

Sztafety: - mężczyźni 4 x10 km C/F

- kobiety: 4 x 5 km C/F

Sprint - mężczyźni: 1.0 – 1.8 km C/F

Indywidualny - kobiety: 1,0 – 1,8km C/F

Sprint: -mężczyźni: 1.0–1.8 km C/F

Drużynowy - kobiety: 1.0 – 1.8 C/F

UWAGA: Techniki (C/F) są alternatywne pomiędzy ZIO i MŚS, pomiędzy sprintem indywidualnym i sprintem drużynowym, podobnie jak zawody ze startem indywidualnym i zawody ze startem wspólnym.

W przeciwieństwie do MŚS na ZIO program może ulec zmianie wskutek większej ilości dni wyznaczonych do dyspozycji. Decydującą rolę odgrywają tu transmisje telewizyjne.

W zawodach łączonych (Skiathlon) rozgrywanych bez przerwy, zawsze najpierw startuje się technikę klasyczną, a potem dowolną.

Zawody sztafetowe rozgrywane są poważnie najpierw w dwóch rundach techniką klasyczną, a następnie w dwóch rundach techniką dowolną.

310.3.1.2 Na Mistrzostwach Świata Seniorów odbędą się kwalifikacje dla zawodniczek posiadających więcej jak 120 FIS pkt. i dla zawodników posiadających powyżej 90 FIS pkt. Pierwszych dziesięciu zakwalifikowanych zawodników powinno zasilać ilość krajowych zawodników na Mistrzostwach Świata.

310.3.2 Puchar Świata

Program Pucharu Świata ustalany jest corocznie przez FIS. Dystanse i techniki ustalane są corocznie.

Aby umożliwić dalszy rozwój biegów, zawody testowe mogą stanowić część programu Pucharu Świata. Można też dołączać zawody na długich dystansach.

310.3.3 Mistrzostwa Świata Juniorów

W MŚJ są następujące formaty, dystanse i techniki:

	Kobiety	Mężczyźni
Start indywidualny	5 km F/C*	10 km F/C*
Start wspólny	15km C/F*	30km C/F*
Sprint	1.0 – 1.8 km C/F	1 – 1.8 km C/F*
Sztafety	4 x 3.3 km C/F	4 x 5 km C/F

*starty interwałowe i sprinty będą co roku rozgrywane technikami alternatywnymi
Zawody Sprintu i startu wspólnego (Masstartu) będą rozgrywane tą samą techniką.

310.3.4 U23 MŚ

	Kobiety	Mężczyźni
Start indywidualny	10 km F/C*	15 km F/C*
Mass Start	15 km C/F*	30 km C/F*
Sprint	1.0 – 1.8 km C/F*	1.0 – 1.8 km C/F*

*starty interwałowe i sprinty będą co roku rozgrywane technikami alternatywnymi
Zawody Sprintu i startu wspólnego (Masstartu) będą rozgrywane tą samą techniką.

311 Trasy zawodów biegowych

311.1 Charakterystyka podstawowa

311.1.1 Trasy biegowe muszą być tak usytuowane, aby odpowiadały możliwościom technicznym, taktycznym oraz kondycyjnym zawodników. Stopień trudności ma odpowiadać randze zawodów.

Trasa powinna mieć przebieg zgodny z naturalnym ukształtowaniem terenu bogatym w podbiegi i zjazdy, a więc w pełni urozmaiconym. Jeżeli jest to możliwe, trasa powinna przebiegać przez teren zalesiony.

Rytm biegu nie powinien być zakłócany ostrzymi zmianami kierunku ani stromymi podjazdami. Odcinki zjazdowe należy wytyczyć w taki sposób, aby mogły być pokonywane przez zawodników bez założonego śladu również w trudnych warunkach.

- 311.1.2 Zasadniczo trasy biegowe powinny być ukształtowane następująco:
- w 1/3 z podbiegów definiowanych z różnicą poziomów 9% (1: 11) i 18% (1: 5,5) z różnicą poziomów powyżej 10 m i z kilku krótszych podbiegów stromszych niż 18% (patrz art. 313.1.1)
 - w 1/3 powinny przebiegać przez teren lekko pofałdowany z podbiegami i zjazdami (z różnicami poziomów od 1 do 9 m)
 - w 1/3 z różnorodnych zjazdów wymagających zastosowania różnych technik zjazdu.

311.1.3 Na zawodach ZIO, MŚS, MŚJ i COC oraz na zawodach PZN w biegach narciarskich dozwolone jest wykorzystanie tras tylko w kierunku zgodnym z homologacją.

311.1.4 Miejsce do testowania nart powinno być wyraźnie oznakowane i znajdować się wzdłuż lub blisko trasy zawodów.

311.1.5 Trasa do rozgrzewki powinna być usytuowana jak najbliżej stadionu.

311.2 Homologacja

311.2.1 Wszystkie zawody FIS i PZN muszą być przeprowadzane na trasach homologowanych. Wyjątek stanowią: zawody powszechne, zawody na nartorolkach, trasy zamienne jeśli zatwierdzone przez DT. Detale dotyczące homologacji tras biegowych FIS znajdują się w specjalnym wydawnictwie FIS.

311.2.2 W zawodach powszechnych promujących biegi narciarskie jest możliwe wykorzystanie tras niehomologowanych, które jednak odpowiadają normom i uzyskują zgodę Podkomisji Regulaminów i Kontroli FIS.

311.2.3 Organizatorzy muszą przekazać do dyspozycji DT wyznaczonego na zawody kopie zatwierdzonych materiałów kartograficznych i raport homologacyjny, a także mapę z podziałką oraz strzałką oznaczającą kierunek północny.

311.2.4 Definicje

311.2.4.1 HD – (różnica poziomów) to jest różnica pomiędzy najniższym i najwyższym punktem trasy zawodów.

311.2.4.2 MC (największy podbieg) - to różnica poziomów pojedynczego podbiegu (innymi słowy największego) i nie powinna przekraczać podanych poniżej limitów. Podbieg ten może być urozmaicony terenem falistym, który nie przekracza 200 m długości lub zjazdem, który nie przekracza 10m PHD.

311.2.4.3 TC (łączny podbieg) – to suma wszystkich podbiegów na trasie.

311.2.5 Normy dla tras biegowych

Faktory HD, MC i TC jednej trasy biegowej powinny się mieścić w następujących normach:

Długości tras	Minimalny podbieg (PHD)*2	HD	MC (najw. pod.)	TC (suma pod.)
Sprint F		Max. 50m	0 – 30 m	0 – 60 m
Sprint C	1 podbieg > 15m	Max. 50m	15 – 40 m	20 – 60 m
2.5 km	1 podbieg > 25m	Max. 50m	25 – 50 m	75 – 105 m
3.3 km	1 podbieg > 25m	Max. 65m	25 – 65 m	100 – 140 m
3.75 km	1 podbieg > 30m	Max. 80m	30 – 80 m	110 – 160 m
5.0 km	1 podbieg > 30m	Max. 100m	30 – 80 m	150 – 210 m
7.5 km	2 podbiegi > 30m	Max. 125m	30 – 80 m	200 – 315 m
8.3 km	3 podbiegi > 30m	Max. 125m	30 – 80 m	210 – 330 m
10 km	3 podbiegi > 30m	Max. 125m	30 – 80 m	250 – 420 m

.....
Dłuższe okrężenia powinny być zgodne z powyższymi parametrami.

311.2.6 Kategorie szerokości tras

Szerokości tras dla poszczególnych formatów zawodów powinny spełniać następujące normy:

Kategorie	Minimalne szerokości tras			Stosowane dla
	Podbiegi	Teren falisty	Zjazdy	
A	3 m	3 m	3 m	Start interwałowy C
B	4 m	4 m	4 m	Start interwałowy F Sztafety C
C	6 m	6 m	6 m	Start wspólny C Łączony C Podwójny C Sztafeta F Sprint C Sprint druž. C
D	9 m	7,5 m	6 m	Start wspólny F Łączony F Podwójny F Sprint F Sprint druž. F
E	12 m	9 m	6 m	Łączony (kiedy obydwie techniki są używane na tej samej trasie)

- 311.2.6.1 Jest możliwość używania niższej kategorii trasy dla danego rodzaju zawodów rangi COC lub kategorii FIS pod warunkiem, że jest zatwierdzona przez delegata technicznego. Należy rozważyć ilość i poziom zawodników.
- 311.2.7 Na ZIO, MŚS i PŚ najwyżej położony punkt trasy nie może przebiegać powyżej granicy 1800 m.
- 311.2.8 Dla tras w zawodach Pucharu Kontynentalnego (COC) powyżej wysokości 1800 m wymagania dla MC i TC w tabeli 311.2.5 można zmniejszyć o 20%.
- 311.2.9 Podczas rozgrywania zawodów IO, MŚS, MŚJ/U23 i PŚ minimalna długość okrążenia w zawodach indywidualnych na dystansie 10 km lub więcej, powinna wynosić 5 km.
- 311.2.10 Wytyczne sportowe PZN mogą wprowadzić ewentualne zmiany zawarte w art. 311.

311.3 Przygotowanie tras

- 311.3.1 Przygotowanie tras przed sezonem
Trasy muszą być przygotowane przed zimą w taki sposób, aby już przy skąpej pokrywie śnieżnej można było z nich korzystać. Kamienie, korzenie, gałęzie, kawałki drewna oraz inne przeszkody muszą być usunięte. Odcinki trasy narażone na zwiększoną wilgotność należy zdrenować. Przygotowania letnie powinny osiągnąć poziom umożliwiający przeprowadzenie zawodów już przy trzydziesto-centymetrowej warstwie śniegu. Szczególny nacisk należy położyć na odcinki zjazdowe oraz profile zakrętów.
- 311.3.2 Ogólne przygotowania do zawodów
- 311.3.2.1 Trasa musi być w całości przygotowana za pomocą specjalnych urządzeń. Sprzęt ciężki musi być dopasowany do ukształtowania terenu, tak, aby nie zniszczył jego naturalnych właściwości.
- 311.3.2.2 Trasa musi posiadać odpowiednią szerokość zgodną z instrukcją homologacji FIS oraz dopasowaną do formatu zawodów, patrz ICR/NRS Sekcja C tak, aby zawodnik mógł pokonać ją bezpiecznie oraz swobodnie wyprzedzać innych zawodników. W przypadku tras poprowadzonych trawersem, trasa musi mieć odpowiednią szerokość pozwalającą na dobre przygotowanie.
- 311.3.2.3 Trasa musi być całkowicie gotowa przed treningiem oficjalnym, poprawnie oznakowana i zaopatrzona tabliczkami oznaczającymi kilometry. Tory testowe przygotowywane są na takim samym poziomie jak tory do zawodów.
- 311.3.2.4 Zawodnikom należy stworzyć jednakowe warunki. Przy dużych opadach śniegu lub wietrze trasa musi zostać przetarta przez odpowiednią ilość przedbiegaczy

oraz obsadzona ekipą patrolującą tak, aby wszystkim zawodnikom zapewnić optymalne warunki.

Należy wcześniej stworzyć w porozumieniu z jury plan takiego przedsięwzięcia.

311.3.2.5 Środki chemiczne zwiększające śliskość śniegu są zabronione.

W szczególnych wypadkach dozwolone jest stosowanie środków chemicznych w celu wzmocnienia warstwy wierzchniej śniegu.

311.3.3 Przygotowanie trasy do techniki klasycznej

311.3.3.1 Ilość torów do techniki klasycznej musi być ustalona przez jury, podobnie jak długość, szerokość, profil trasy – zgodnie z formatem zawodów (patrz art. Sekcji C).

311.3.3.2 Tory powinny być poprowadzone na trasie w idealnej linii. Normalnie tor – z wyjątkiem zakrętów – powinien przebiegać środkiem trasy.

311.3.3.3 Na zakrętach tory mogą być położone tylko wtedy, gdy narty się ślizgają i nie ocierają o krawędzie założonego toru. W miejscach, gdzie jest wysoka prędkość jazdy lub krótki promień skrętu, tory muszą być usunięte. Na zakrętach tor należy ustawić możliwie blisko ogrodzenia (siatek), żeby uniknąć możliwości jazdy na nartach między torem a ogrodzeniem.

311.3.3.4 Przygotowanie trasy i położenie torów nie może utrudniać biegu zawodnikom lepszym i szybszym.

311.3.3.5 Tory muszą być tak przygotowane, aby umożliwiały poślizgowy ruch nart bez efektu bocznego hamowania częściami wiązań.

Oba tory powinny przebiegać w odległości 17-30 cm od siebie, mierząc od środka do środka każdego z nich. Głębokość śladów ma wynosić od 2 do 5 cm również w śniegu twardym i zamrożonym.

311.3.3.6 Tam gdzie stosowane są dwa lub pary torów, tory muszą być oddalone od siebie minimum 1,20 m mierząc od środka do środka obu torów.

311.3.4 Przygotowanie trasy do techniki dowolnej

311.3.4.1 Trasa musi być frezowana dokładnie i na całej szerokości. Szerokość musi odpowiadać wymiarom sekcji C (patrz art. 311.2.6).

311.3.4.2 Jury decyduje gdzie i jak w odcinkach zjazdowych poprowadzić tory.

311.4 Oznakowanie tras

311.4.1 Oznaczenia trasy z twardego materiału i oznaczenia handlowe należy umieszczać tylko po bokach trasy.

311.4.2 Tablice kilometrowe muszą pokazywać ilość kilometrów przebiegniętych przez zawodnika.

311.4.3 Oznakowanie rozwidleń i punktów przecięcia musi być wyraźnie widoczne i czytelne. Odcinki nieużywanych tras muszą być zamknięte.

311.5 Punkty odżywiania

311.5.1 Organizator musi pozostawić do dyspozycji przynajmniej jeden punkt odżywiania (na mecie).

311.5.2 Jury musi rozstrzygnąć limity i miejsca ustawień punktów odżywiania na trasie

311.6 Trening i przegląd trasy

311.6.1 Zawodnikom i oficjelom powinna być dana możliwość dokonania przeglądu i trenowania na trasie zawodów. Trasa musi być, o ile to możliwe, otwarta na 2 dni przed zawodami. Jury może trasę zamknąć albo limitować jej użytkowanie w czasie i na wyznaczonych odcinkach.

312 Stadion biegowy

312.1 Obszar stadionu

312.1.1 Stadion biegowy musi być położony na dobrze zaplanowanym obszarze startu i mety.

312.1.2 Stadion ma stanowić funkcjonalną całość z wydzielonymi, dobrze oznakowanymi torami jazdy i wyznaczonymi strefami. Ma być systematycznie kontrolowany i ogrodzony.

Musi być urządzony w taki sposób, aby:

- zawodnicy mogli wielokrotnie przebiegać stadion
- umożliwić zawodnikom, funkcyjnym, mediom, obsłudze serwisowej i widzom swobodne przedostanie się we właściwy obręb stadionu
- była wystarczająca ilość miejsca dla przeprowadzenia wszystkich typów biegów.

312.2 Obszar startu

312.2.1 Pierwsze 50 m jest wyznaczone jako strefa startu. Ta strefa jest normalnie podzielona na korytarze. Korytarze muszą być dokładnie wyznaczone i bardzo dobrze widoczne. Oznakowania nie mogą utrudniać ruchu nart. Ilość, szerokość i długość korytarzy ustala jury zgodnie z formatami zawodów (patrz ICR/NRS art. Sekcja C) , a także ich układ na stadionie.

312.2.2 Pozycje startowe są ustalane zgodnie z formatami zawodów (patrz ICR/NRS art. Sekcja C).

312.3 **Obszar mety**

312.3.1 Ostatnie proste 50 do 100 m jest wyznaczone jako strefa mety. Ta strefa jest przeważnie podzielona na korytarze. Korytarze muszą być bardzo dobrze wyznaczone i widoczne, a wyznaczenia nie mogą stwarzać utrudnień dla narciarzy. Ilość, szerokość i długość korytarzy jest ustalana przez jury zgodnie z formatami zawodów (patrz ICR/NRS art. Sekcja C), a także układ na stadionie.

312.3.2 Linia mety musi być bardzo dokładnie wyznaczona kolorem. Szerokość linii może maksymalnie wynosić 10 cm.

312.4 **Strefa zmian**

312.4.1 W biegach sztafetowych strefa zmian musi być wystarczająco szeroka i długa, bardzo dokładnie oznakowana i usytuowana, na stadionie, na płaskim lub lekko wznoszącym się terenie.

312.4.2 Wielkość (długość i szerokość) powinna być zgodna z formatem zawodów (patrz ICR/NRS art. Sekcja C) i dostosowana do dostępnej powierzchni na stadionie.

312.5 **Strefa boksów (Pit Box)**

312.5.1 Kiedy jest dozwolona zmiana nart strefa boksów musi być tak usytuowana, żeby każdy zawodnik miał swój boks oznaczony swoim numerem startowym i musi mieć wyjście minimalizujące utrudnienia. Korytarz dla zawodników, którzy nie zmieniają nart, powinien być tak poprowadzony aby mieli oni do pokonania krótszy dystans, omijając strefę boksów.

312.6 **Warunki pracy**

312.6.1 Funkcyjni zawodów, członkowie jury, trenerzy, obsługa serwisowa i media muszą mieć wyznaczone samodzielne strefy działania w sposób nie kolidujący z przebiegiem zawodów - od startu do mety. Dojście do tych stref na stadionie musi być kontrolowane.

312.6.2 Mierzenie czasu i obliczanie wyników prowadzone jest w budynku znajdującym się w miejscu umożliwiającym obserwowanie startu i mety.

312.6.3 Na ZIO, MŚS, MŚJ, PŚ i COC funkcyjni z ramienia FIS oraz członkowie jury muszą mieć zapewnione miejsce pracy w bezpośrednim sąsiedztwie stadionu – z dobrym widokiem na stadion.

312.6.4 Kierownik opieki medycznej musi dysponować pomieszczeniem ogrzewanym w pobliżu stadionu.

312.7 **Dodatkowe urządzenia**

- 312.7.1 W zawodach FIS najwyższej rangi (ZIO, MŚS, MŚJ, PŚ) w bezpośrednim sąsiedztwie stadionu musi znajdować się zamknięta strefa przygotowawcza dla ekip różnych narodowości (namioty, kabiny, szalasy). Ekipy odpowiedzialne za sprzęt mogą wynająć w tej strefie namiot lub kabinę. Wymienione pomieszczenia powinny być ogrzewane i dobrze wentylowane. W ZIO, MŚS, MŚJ oraz PŚ mogą być dodatkowe przepisy.
- 312.7.2 Bezpośrednio przy stadionie muszą znajdować się toalety i łazienki dla zawodników.
- 312.8 **Urządzenia do bieżącej informacji**
- 312.8.1 W pobliżu pomieszczeń dla ekip ma znajdować się tablica z wynikami, ważnymi informacjami KO i jury, jak też z informacjami o temperaturach śniegu i powietrza. Temperatury mają być podawane w następujących odstępach czasu: 2 godziny przed startem, godzinę przed startem, pół godziny przed startem, w momencie startu, pół godziny po starcie, godzinę po starcie.
- 312.8.2 Pomiary temperatur dokonywane są w strefie stadionu oraz w miejscach, gdzie oczekiwane są temperatury ekstremalne (niskie punkty i wysokie punkty terenu).
- 312.8.3 Głośniki używane są w celu relacjonowania przebiegu zawodów oraz podawania ważnych informacji.
- 312.8.4 Dla zapewnienia przepływu informacji dla zagranicznych zawodników, trenerów, czy widzów, informacje muszą być podawane w języku angielskim.

313 Oficjalne zgłoszenia do organizatora

313.1 Postępowanie

- 313.1.1 Organizator zawodów powinien przedstawić wszystkim zainteresowanym oficjalne formularze zgłoszeniowe w formie pisemnej lub elektronicznej. Zgłoszenia można przesyłać drogą elektroniczną
- 313.1.2 Jako minimum muszą być podane niezbędne dane znajdujące się na formularzach zgłoszeniowych FIS/PZN.
- 313.1.3 Rodzaje zgłoszeń do zawodów PŚ ustala Komisja Biegów FIS

313.2 Otrzymywanie oficjalnych zgłoszeń na konkretne zawody

- 313.2.1 Oficjalne zgłoszenia z propozycją przydziału zawodników do grup muszą wpłynąć na 2 godziny przed odprawą kierowników drużyn i są sprawdzane przez sekretarza zawodów.

313.2.2 W przypadku grupowania i ustalania kolejności startu sekretarz zawodów ustala kolejność pisemnych zgłoszeń, aby poszczególnych zawodników przydzielić do grup chyba, że są inne polecenia.

313.2.3 Jeżeli kolejność startu jest ustalana według FIS punktów, sekretarz zawodów jest zobowiązany ustalić aktualne wartości punktów każdego zawodnika według aktualnej listy FIS punktów.

313.3 **Zgłoszenia spóźnione**

313.3.1 Przed losowaniem jury może wyrazić zgodę na spóźnione zgłoszenia

313.3.2 Nie można pozwolić na zgłoszenia spóźnione po losowaniu.

313.4 **Zgłoszenia rezerwowe / Zastępowanie**

313.4.1 Po losowaniu zawodnik może być zastąpiony tylko w przypadku jeśli nie może startować z powodu zadziałania „siły wyższej” (uraz, choroba, wypadek itp.). Musi to być potwierdzone przez lekarza i 2 godziny przed startem zgłoszone do Jury. Jury decyduje czy jest możliwy start zastępującego zawodnika.

313.4.2 W razie wypadku podczas rozgrzewki, jury może dopuścić do zastępstwa do momentu rozpoczęcia zawodów, jeśli wypadek jest zgłoszony i potwierdzony przez szefa służb medycznych.

313.4.3 W przypadku kiedy jeden z wycofanych zawodników był poddany kontroli dopingowej musi ten test dopingowy być przeprowadzony również na zawodniku zastępującym. Jeżeli test na wycofanym zawodniku jest pozytywny, wtedy nie ma zgody na start zastępcy.

313.4.4 Pozycja startowa zastępcy ma być obsadzona zgodnie z ICR/NRS: Formaty zawodów Sekcja C.

313.4.5 Zawodnicy wprowadzeni na listę startową, którzy jednak z powodu choroby lub z innej przyczyny nie mogą startować, muszą najpóźniej do 30 minut przed startem być zgłoszeni przez swojego kierownika do sekretarza zawodów.

313.5 **Przydzielanie do grup**

313.5.1 W przypadku grupowania, kierownik drużyny przydziela równomiernie swoich zawodników do grup, najpóźniej do 2 godzin przed losowaniem. Jeżeli związek/klub zgłosił więcej zawodników niż wynosi ilość grup, zawodnicy stanowiący „nadwyżkę” mogą na wniosek kierownika drużyny zostać przydzieleni do innych grup, jednak po jednym na grupę.

Zasada dotyczy również drużyn liczących mniej zawodników niż wynosi ilość grup.

Przykład:

Zespoły:	Grupy:			
	I	II	III	IV
Zespół A 8 zgłoszonych	2	2	2	2
Zespół B 6 zgłoszonych	1	2	1	2
Zespół C 3 zgłoszonych	1	-	1	1

- 313.5.2 Jeśli ilość zawodników wynosi mniej niż 20, stosuje się grupy I i II, jeśli liczba ta wynosi od 21 do 40, stosuje się grupę I, II i III, jeżeli jest ich więcej niż 40, stosuje się podział na 4 grupy.

314 Kolejność startu

314.1 Sposób postępowania

- 314.1.1 Lista startowa może powstać: w wyniku losowania, według systemu punktowego, łącznej pozycji w zawodach, pozycji na etapie, w systemie kwalifikacji lub według innej metody.

314.2 Losowanie

- 314.2.1 Losowanie odbywa się metodą ręczną lub komputerową.
- 314.2.2 Obowiązuje losowanie podwójne.
- 314.2.3 Jeżeli obowiązuje podział na grupy, numery startowe losuje się oddzielnie dla każdej grupy. Normalnie kolejność startu ustala się kolejno dla grup I, II, III, oraz IV. Przydziału zawodników do grup nie można zmieniać w czasie losowania.
- 314.2.4 Jeżeli termin zawodów ulega zmianie, należy losowanie powtórzyć (art.217.6).
- 314.2.5 Dopuszczalne jest przeprowadzanie losowania przed odprawą kierowników drużyn, pod kontrolą jury.

314.3 Losowanie ręczne

- 314.3.1 Przy zastosowaniu tej metody każdy z zawodników otrzymuje kolejny numer z wszystkich numerów przewidzianych dla grupy (na przykład: jeżeli w grupie jest 23 zawodników, każdy z zawodników otrzymuje jeden z numerów 1-23). W pierwszej części losowania podwójnego wybiera się numer kolejny zawodnika. W tym samym czasie losowany jest numer startowy dla tego zawodnika (np. losowanie grupy II z 23 zawodnikami i numerami startowymi 45-67). W obu przypadkach do losowania stosuje się numerowane piłeczki, które znajdują się w zamkniętych pojemnikach i są wyjmowane ręcznie. Po wylosowaniu obu piłeczek zdejmuje się z tablicy podziału na grupy wywieszkę z nazwiskiem zawodnika i umieszcza się ją na tablicy kolejności startu, zgodnie z wylosowanym numerem startowym.

314.4 **Losowanie komputerowe**

314.4.1 Losowanie komputerowe musi odbywać się pod kontrolą członka jury w celu potwierdzenia procedury.

314.4.2 Metoda ta wymaga, aby nazwiska i grupowanie zawodników wprowadzone zostały do komputera. Program może jednocześnie powinien pokazywać co najmniej cztery wyniki

1. Na monitorze ukazuje się lista zarejestrowanych zawodników i ich liczby porządkowe w obrębie grupy.
2. Komputer wybiera przypadkową liczbę porządkową z nazwiskiem odpowiedniego zawodnika i pokazuje ją na monitorze.
3. Komputer wybiera numer startowy dla tego zawodnika. Następnie na monitorze ukazuje się numer startowy i nazwisko zawodnika.
4. Na końcu ukazuje się na monitorze lista startowa z numerami startowymi i nazwiskami zawodników.

314.5 **Zastosowanie systemu punktowego do określenia kolejności startowej**

314.5.1 Kolejność startową ustala się na podstawie FIS punktów z listy ogólnej, dystansowej lub sprinterskiej.

314.5.2 Aktualna lista FIS punktów jest tworzona zgodnie z przepisami i Regulaminem FIS punktów.

314.6 **Grupa rozstawiona**

314.6.1 Grupa rozstawiona to grupa składająca się z najlepszych zawodników zgłoszonych do zawodów. Grupa rozstawiona jest wydzielona na podstawie FIS punktów aktualnej łącznej serii albo na podstawie łącznej pozycji w zawodach etapowych.

314.6.1.1 **W zawodach krajowych** przydział zawodników do grup ustala się w podobny sposób, na podstawie FIS/POL punktów lub rankingu (ewentualne zmiany – w wytycznych sportowych).

314.6.2 Wszyscy zawodnicy zaliczeni do grupy rozstawionej muszą startować w tej grupie.

314.6.3 Pozycja startowa grupy rozstawionej jest ustalana przez jury dla każdego formatu zawodów według specyficznych regulaminów. W zasadzie grupa rozstawiona startuje z najbardziej uprzywilejowanej pozycji.

314.7 **Numery startowe**

- 314.7.1 Rodzaj
Numery startowe muszą być czytelne z przodu i z tyłu. Nie mogą przeszkadzać zawodnikom. Wielkość, forma oraz rodzaj zamocowania numeru nie mogą być zmieniane. Organizator odpowiada za funkcjonalność numerów startowych. Kamizelki z numerami do sprintu i zawodów łączonych oraz zawodów ze startem wspólnym muszą mieć po obu stronach naniesiony numer startowy poniżej pachy. Numery takie mogą również być używane w pozostałych formatach
- 314.7.2 Numery na nogach
- 314.7.2.1 W zawodach ze startem wspólnym, w zawodach łączonych (skiathlon) w zawodach podwójnych (pursuit) i sprincie indywidualnym zawodnicy posiadają na zewnętrznej stronie ud numery startowe, dla umożliwienia kontroli kamerą.
- 314.7.2.2 Dla sprintu drużynowego i zawodów sztafetowych numer na zewnętrznej stronie uda posiada zawodnik, kończący bieg na mecie, dla umożliwienia kontroli kamerą.
- 314.8 Lista startowa
- 314.8.1 Lista startowa musi zawierać kolejność startu zawodników, ich numer startowy, rok urodzenia, FIS punkty, czas startu, parametry trasy biegowej; długość, HD, MC, TC, liczbę państw uczestniczących i skład Jury zawodów.

315 Procedury startowe

315.1 Rodzaje startów

315.1.1 W zawodach międzynarodowych i **krajowych** przeprowadza się starty: indywidualne, wspólne, pościgowe i rundowe.

315.2 Start indywidualny

315.2.1 Normalnie start indywidualny przeprowadza się co 30 sekund albo co 15 sekund w kwalifikacjach sprintu. Jury może ustalić dłuższe lub krótsze interwały/przerwy startowe.

315.2.2 Na komendę startu składa się odliczanie: 5 – 4 – 3 – 2 – 1 i sygnał: „go!”. Sygnał może być podany ustnie lub akustycznie.

315.2.3 Z punktu ustawienia zawodnika względem linii startu, zawodnik musi ustawić swoje stopy przed linią startu. Kijki powinny być przełożone i ustawione za linią startu i/albo za bramką startową.

315.2.4 Zawodnik może wystartować od 3 sekund przed i do 3 sekund po sygnale startu. Startując wcześniej niż 3 sekundy przed czasem startu zawodnik popełnia start

przedwczesny („falstart”) Jeżeli wystartuje później niż dopuszczalne 3 sekundy po ustalonym czasie startu, ważny jest czas podany na liście startowej.

- 315.2.5 Zawodnik startujący zbyt późno nie może przeszkadzać w starcie innym zawodnikom.
- 315.2.6 Zarówno przy elektronicznym, jak i ręcznym pomiarze czasu należy odnotować właściwy czas startu na wypadek decyzji jury o spóźnionym stracie na skutek działania „siły wyższej”.
- 315.2.7 Przykładową listę startową w biegu indywidualnym można znaleźć pod adresem: <http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/2228/2017CC2228SL.pdf>

315.3 Start wspólny (klinowy)

315.3.1 Dla startu wspólnego powinna być kąтова linia startowa w kształcie strzały. Inna nazwa: kształt „klinowy”. To znaczy, że zawodnik z numerem startowym 1 otrzymuje najbardziej wysuniętą pozycję wyprzedzając numer 2 . Każdy zawodnik powinien zająć miejsce w podobnych odstępach.
Numer 1 zajmuje środkową pozycję, parzyste numery zajmują miejsce w „klinie” po jego prawej stronie, nieparzyste po jego lewej stronie. Znak z numerem pozycji startowej powinien być umieszczony po prawej stronie torów lub pomiędzy torami.

315.3.2 Jury decyduje, czy wyznaczyć tory klasyczne w polu startowym.

315.3.3 Procedura startowa rozpoczyna się na 2 minuty przed sygnałem startu. W tym czasie wszyscy zawodnicy muszą zająć swoje miejsca na starcie w torach i otrzymują informacje dotyczące startu. Informacje kończą się z chwilą kiedy pada sygnał: „jedna minuta do startu”. Następny sygnał: „jeszcze 30 sekund”. Kiedy wszyscy zawodnicy przyjmą pozycje nieruchome następuje sygnał startu.

315.3.4 Jeśli w polu startowym założono tory, zawodnicy muszą używać tylko techniki klasycznej i niedozwolone jest opuszczanie wyznaczonych pozycją startową torów na długości 15-50m za linią startu.

315.3.5 Przykładową listę startową ze startu wspólnego można znaleźć pod adresem: <http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/2267/2017CC2267SL.pdf>

315.4 Procedury startowe w biegu podwójnym (Pursuit)

315.4.1 Kolejność startu i interwały startowe są utworzone z wyników pierwszego biegu względnie aktualnego łącznego czasu zawodów etapowych. Przy tworzeniu listy startowej nie bierze się pod uwagę dziesiątych części sekundy. Patrz przykład.

Przykład:

Kolejność	Nazwisko	Kraj	Wynik
1	SVENNSON Lars	SWE	25:12.9
2	ARKJANOW Nikolai	RUS	25:14.2

3	KRECEK Jan	CZE	25:21.7
---	------------	-----	---------

Lista startowa powinna przykładowo tak wyglądać:

Lista startowa	Nazwisko	Kraj	czas startu
1	SVENNSON Lars	SWE	0.00
2	ARKJANOW Nikolai	RUS	0.02
3	KRECEK Jan	CZE	0.09

- 315.4.2 Aby zapobiec, by pierwsi startujący zawodnicy nie zdublowali zawodników startujących później, jury może zezwolić na start wspólny lub „klinowy” dla zawodników startujących jako ostatni. Jury może zredukować także liczbę zawodników.
- 315.4.3 Start w drugiej części biegu podwójnego przebiega bez automatycznej bramki startowej. Starty powinna rejestrować kamera, żeby jury mogło przejrzeć nagrania startu.
- 315.4.4 Aby zagwarantować właściwy przebieg startu, musi być użyty duży zegar startowy z elektronicznym wyświetlaczem numerów startowych i czasów startu na każdym torze. Miejsce startu musi być tak przygotowane, by dwóch lub więcej zawodników mogło startować obok siebie.
- 315.4.5 Niedozwolone jest zmienianie oznaczonych korytarzy na oznaczonym za linią startu odcinku.
- 315.4.6 Przykładową listę startową w biegu podwójnym można znaleźć pod adresem: <http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/3033/2017CC3033SL.pdf>

315.5 Start rundowy (Heat Start)

- 315.5.1 W strefie startu musi być przygotowana linia startowa, a w odległości 1 m od niej linia przedstartowa.
- 315.5.2 Elektroniczne albo/i mechaniczne bramki startowe mogą być użyte tylko jeśli zatwierdzone przez Jury.
- 315.5.2.1 Użycie elektronicznych bramek startowych jest obowiązkowe w zawodach: ZIO, MŚS, PŚ, MŚJ, MŚU23
- 315.5.3 Zawodnicy zbierają się na linii przedstartowej i zajmują swoją pozycję startową. Starter podaje komendę: „zajmij swoją pozycję startową,” zawodnicy opuszczają linię przedstartową i idą na swoją pozycję startową gdzie muszą umieścić swoje kije przed linią startową lub bramkami startowymi. Kiedy wszyscy zawodnicy znajdują się na swoich pozycjach startowych starter podaje komendę: „gotowi” („set”). Po tym sygnale wszyscy zawodnicy muszą przyjąć pozycje nieruchome dopóki starter nie poda sygnału startu.

- 315.5.4 Starty, które są przeprowadzane bez bramek startowych podlegają także tym samym procedurom.
- 315.5.5 Zawodnicy muszą używać w torach techniki klasycznej i nie wolno im opuszczać torów w wyznaczonych korytarzach przez pierwsze 10-15m po linii startu.
- 315.5.6 Przykładową listę startową w biegu ze startem rundowym można znaleźć pod adresem: <http://data.fis-ski.com/pdf/2017/CC/3033/2017CC3033SL.pdf>
- 315.6 **Zadania funkcyjnych na starcie**
- 315.6.1 Funkcyjni na starcie muszą zapewnić każdemu zawodnikowi możliwość punktualnego i prawidłowego startu. Pomocnik, który stoi w pobliżu startera, musi zarejestrować wszystkie detale przekroczenia przepisów.
- 315.7 **Konsekwencje startu przedwczesnego**
- 315.7.1 Przy starcie interwałowym albo podwójnym zawodnik który dokonał startu przedwczesnego nie może być zawrócony. Starty przedwczesne muszą być zgłoszone do jury.
- 315.7.2 Start przedwczesny, przy starcie wspólnym i rundowym skutkuje powtórzeniem startu. Starter musi dać sygnał do powtórzenia startu (drugi strzał) oraz musi mieć asystentów rozmieszczonych na trasie w takiej odległości od linii startu by było możliwe zawrócenie zawodników.
- 315.8 **Znakowanie nart**
- 315.8.1 Znakowanie nart obowiązuje kiedy Jury zawodów z góry tego zażąda. Dla przeprowadzenia kontroli obie narty muszą być oznakowane niezwłocznie przed startem. Zawodnik musi mieć założony numer startowy i w odpowiednim czasie osobiście przybyć do punktu znakowania nart.
- 315.9 **Temperatura**
- Jeżeli temperatura mierzona w najzimniejszym miejscu trasy wynosi poniżej minus 20 stopni, jury musi zawody odwołać lub przesunąć. Przy ciężkich warunkach pogodowych (np. silnym wietrze, wysokiej wilgotności, mocnym opadzie śniegu albo wysokiej temperaturze) jury po naradzie z kierownictwem zawodów, startującymi zespołami, odpowiedzialnym szefem personelu medycznego, może zawody odwołać lub przesunąć.
- 316 Mierzenie czasu**
- 316.1 Na zawodach figurujących w kalendarzu FIS i PZN należy stosować elektroniczny pomiar czasu, **który zawsze musi być uzupełniany pomiarem ręcznym**. Wyniki obu systemów pomiarów są sprawdzane przez ich wzajemne porównanie.

- 316.2 Jeżeli zawiedzie elektroniczny pomiar czasu, wówczas czas mierzony ręcznie jest korygowany średnią różnic czasowych, jakie powstają między elektronicznym a ręcznym pomiarem czasu.
Jeżeli elektroniczny pomiar czasu kilkakrotnie zawiedzie podczas tych samych zawodów, liczy się ręczny pomiar dla wszystkich zawodników.
Jeżeli stosowany jest tylko ręczny pomiar czasu, brany jest pod uwagę rzeczywisty czas startu.
- 316.3 Przy ręcznym mierzeniu, czas jest mierzony kiedy nosek buta pierwszej stopy zawodnika przetnie linię mety.
- 316.4 **Elektroniczne mierzenie czasu**
- 316.4.1 Do uzyskania oficjalnych czasów mogą być wykorzystane następujące elektroniczne technologie:
- elektroniczne systemy bazujące na fotokomórkach (photo cells). Punkt pomiaru światła lub fotokomórki musi być zainstalowany na jednej wysokości 25 cm ponad poziomem górnej powierzchni śniegu
 - system „foto finish”: punktem pomiaru przy pomocy kamery jest nosek pierwszej buty, który przecina linię mety.
- 316.4.2 Mierzenie czasu za pomocą transponderów
Transpondery (systemy aktywne i pasywne) są dodatkowym wsparciem oficjalnego systemu mierzenia czasu i ustalania kolejności miejsc, ustalania międzyczasów w momencie przybycia na metę (**nieoficjalne wyniki**).
Oficjalne wyniki muszą być ustalone przez elektroniczne systemy mierzenia czasów zgodnie z art. 316.4.1
- 316.5 Jeżeli zawodnik upadnie, w czasie przecinania linii mety, można mu czas zaliczyć (patrz art. 316.3 lub 316.4) jeżeli wszystkie części jego ciała bez obcej pomocy przejdą przez linię mety.
- 316.6 Do obliczenia czasu bierze się czasy startu i mety z dokładnością przynajmniej do 1/100 (0.01). Czas nettokażdego zawodnika uzyskuje się przez odjęcie czasu startu od czasu na mecie. Końcowe czasy zawodników uzyskuje się po odcięciu setnych części sekundy z czasu netto. (np. z 38.24.38 będzie 38.24.3).
- 316.7 Na ZIO, MŚJ, U23, PŚ musi być zainstalowany photo finish (kamery rejestrujące przekroczenie linii mety)
- 316.8 Celowniczy prowadzi listę kolejności przybycia na metę.
Listę przekazuje kierownikowi pomiaru czasu.
- 316.9 Po każdym zawodach elektroniczne sprawozdanie dotyczące pomiaru czasu musi być przesłane do FIS.

317 Wyniki

317.1 Obliczanie wyników

317.1.1 Wyniki są obliczane na podstawie różnicy czasu na starcie i na mecie. W zawodach etapowych aktualne czasy, premie sekundowe i kary czasowe każdego etapu są akumulowane.

317.1.2 Końcowy wynik /miejsce w zawodach etapowych zostanie obliczone przez akumulację:

- wyniki (rzeczywiste czasy), w których dziesiąte sekundy są obcięte - z każdego etapu/biegu przed ostatnim etapem/biegiem. Wyniki rundy kwalifikacyjnej zostaną wykorzystane do zawodów sprinterskich
- Wynik (rzeczywisty czas) z dziesiątymi częściami sekundy z ostatniego etapu/biegu.
- Dodatkowe /bonusowe sekundy i kary czasowe z każdego etapu/biegu

317.1.2.1 Remisy w klasyfikacji generalnej.

W przypadku remisu w bieżącej pozycji ogólnej (tabele publikowane po każdym etapie przed końcowym etapem), zawodnicy zostaną uszeregowani według najwyższej liczby pojedynczych zwycięstw, a następnie najlepszych wyników (tj. więcej 2 miejsc, więcej 3 miejsc...).

W przypadku remisu po ostatnim etapie / biegu (końcowy ranking ogólny) zawodnicy zostaną uszeregowani:

- Etapy z biegiem podwójnym/Pursuit lub startem wspólnym Mass start: zgodnie z kolejnością przybycia do mety w ostatnich zawodach. Jeśli remis pozostanie, zawodnicy będą mieli taki sam ranking/ pozycję na liście wyników.
- Etapy/biegi ze startem interwałowym: zawodnicy będą mieli to samo miejsce/ pozycję

317.2 Ogłaszanie wyników

317.2.1 Nieoficjalna lista wyników musi być ogłoszona po zawodach tak szybko jak to jest możliwe – z podaniem czasu ogłoszenia – na oficjalnej tablicy ogłoszeń.

317.2.2 Oficjalna lista wyników musi zawierać: ostateczną kolejność zawodników, kody FIS (w zawodach FIS), numery startowe, czasy, międzyczasy, punkty z zawodów, technika, liczba zawodników, nazwiska zawodników startujących, zawodników, którzy nie ukończyli zawodów, zdyskwalifikowanych, dane techniczne trasy, HD, MC, TC, pogoda, temperatury, liczbę zawodników (zgłoszonych, sklasyfikowanych, DNS, i DNF), liczbę uczestniczących państw, skład jury. Przykłady można znaleźć:

- na stronie internetowej FIS (Cross Country) lub wprost w Biurze FIS (Nordic Office)

- **w kraju** – na stronie internetowej PZN, Sędziowie >> Druki.

- 317.2.3 W krajach gdzie alfabet łaćiński nie jest używany należy publikować listy wyników także w tym alfabecie.
- 317.2.4 Sekretarz zawodów i DT podpisują oficjalną listę wyników i tym samym potwierdzają ich zgodność.
- 317.2.5 Wyniki oficjalne muszą być przesłane elektronicznie do FIS w formacie XML.

C. RODZAJE ZAWODÓW

321 Start indywidualny (Interval Start)

321.1 Definicja

W zawodach, każdy zawodnik startuje w wyznaczonym mu czasie, a wynik stanowi różnica czasów pomiędzy czasem mety i czasem startu.

321.2 Przygotowanie trasy i stadionu

321.2.1 Zalecane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	A	B
Tory klasyczne	Tory klasyczne 1 albo 2 tory w idealnej linii	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/
START		
Organizacja/Przygotowanie	1 korytarz	1 korytarz
Tory klasyczne	1	nie
Długość torów (po starcie)	koniec strefy startowej	
Odległość pomiędzy torami	/	
META		
Szerokość (minimum)	4 m	9 m
Ilość korytarzy	minimum 3-4 tory	3 lub 4 korytarze (3m)
Odległość między torami	1,2 m	/

321.3 Zastępowanie zawodników

321.3.1 Zastępowanie zawodników jest możliwe zgodnie z ICR/NRS 313.4

321.3.2 Pozycję startową zawodnika zastępującego ustala Jury.

321.4 Kolejność startowa i procedury startowe

321.4.1 Sposób postępowania w starcie indywidualnym musi być zgodny z ICR/NRS (patrz art. 315.2)

321.5 Mierzenie czasu i wyniki

321.5.1 W przypadku kiedy dwóch lub więcej zawodników ma ten sam czas są sklasyfikowani na tym samym miejscu, a zawodnik z niższym numerem startowym jest umieszczony na liście wyników jako pierwszy (art. 219.2).

321.6 Jury i protesty

Nie ma żadnych specjalnych przepisów

322 Start wspólny (Mass Start)

322.1 Definicja

W zawodach ze startem wspólnym wszyscy zawodnicy startują w tym samym czasie, a wyniki są ustalane według kolejności przybycia na metę.

322.2 Trasa i stadion

322.2.1 Zalecane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	C	D
Tory klasyczne	4 tory	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/
START		
Organizacja/Przygotowanie	start klinowy	start klinowy
Tory klasyczne	ilość nieparzysta 3 lub więcej	ilość nieparzysta opcjonalnie 3 lub więcej
Długość torów (po starcie)	30 - 50m	15-30 m
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2m	minimum 1.2m
META		
Szerokość (minimum)	6 m	12 m
Ilość korytarzy	minimum 3 tory	3- 4 korytarze (3m)
Odległość między torami	minimum 1,2 m	/

322.2.2 Na trasie nie mogą występować przeszkody/zwężenia powodujące zatory/kolizje.

322.2.3 Jeżeli wymiana nart jest dozwolona, stadion musi być tak zorganizowany, żeby zawodnik zmieniający narty pokonywał dłuższy dystans w stosunku do zawodnika nie zmieniającego nart.

322.2.3.1 Obszar Pit Box/ boksów wymiany sprzętu

322311 Trasa wzdłuż dostępu do boksów powinna mieć co najmniej 4 m szerokości. Szerokość pola po stronie wyjścia z boksu powinna wynosić co najmniej 6 m.

322312 Tylko narty mogą być deponowane w wyznaczonym polu boksu.

322.3 Zgłoszenia - zastępstwo

322.3.1 Zastępstwo jest możliwe – patrz ICR/NRS art. 313.4.

322.3.2 Zastępujący musi startować z tej samej pozycji jak zawodnik którego zastępuje jeżeli jego FIS punkty są takie same lub lepsze. Jeśli jego FIS punkty są gorsze musi startować z końca pola startowego.

322.3.3 Zastępujący otrzymuje numer zastępowanego zawodnika.

322.3.4 Miejsce zawodnika zastępowanego pozostaje wolne.

322.4 Kolejność startowa i startowe procedury

322.4.1 Start wspólny musi być przeprowadzony według ICR/NRS art. 315.3.

322.5 Pomiar czasu i wyniki

322.5.1 Przepisy o zasadach dublowania mają zastosowanie. Dla dublowanych uczestników ważne są przepisy ICR/NRS art. 343.14

322.6 Jury i protesty

Nie ma żadnych specjalnych regulaminów.

323 Bieg łączony – (Skiathlon)

323.1 Definicja

Bieg łączony składa się z dwóch części, pierwszej ze startu wspólnego techniką klasyczną z obowiązkową zmianą nart w specjalnym boksie na stadionie i z drugiej części biegu w technice dowolnej.

323.2 Trasa i stadion

323.2.1 Zalecane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	C albo E	D albo E
Tory klasyczne	4 tory	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/

START		
Organizacja/Przygotowanie	start klinowy	/
Tory klasyczne	ilość nieparzysta 3 lub więcej	/
Długość torów (po starcie)	50 do 100m	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2m	/
META		
Szerokość (minimum)	/	12 m minimum
Ilość korytarzy	/	3 - 4 korytarze (3m)
Odległość między torami	/	/
BOKSY		
Zalecane rozmiary	dł. 2 m – 2.5 m	szer. 1.2 m – 1.5 m

323.2.2 Strefa boksów (Pit Box)

323.2.2.1 W strefie boksów nie ma kontroli techniki biegowej (364.4.2).

323.2.2.2 Szerokość trasy wzdłuż dostępu do boksów powinna wynosić co najmniej 4 m szerokości. Szerokość trasy po stronie wyjścia z boksów powinna wynosić co najmniej 6 m.

323.2.2.3 Sprzęt do techniki dowolnej musi być złożony w boksach przed wspólnym startem. W boksie nie wolno zostawiać innego sprzętu.

323.2.2.4 Wymieniony sprzęt musi pozostać w boksie, dopóki zawodnik nie zakończy zawodów.

323.2.2.5 Trenerzy i personel serwisowy muszą opuścić boksy na 5 minut przed startem.

323.3 Zastąpienie zawodnika

323.3.1 Zastąpienie zawodnika jest możliwe zgodnie z art. 313.4.

323.3.2 Zawodnik rezerwowi musi startować z tej samej pozycji jak zawodnik którego zastępuje jeżeli jego FIS punkty są takie same lub lepsze. Jeśli jego FIS punkty są gorsze musi startować z końca pola startowego.

323.3.3 Zawodnik zastępujący otrzymuje numer startowy zawodnika zastępowanego.

323.3.4 Opuszczona pozycja startowa pozostaje wolna.

323.4 Kolejność startowa i przebieg startu

323.4.1 Start wspólny musi się odbyć zgodnie z ICR/NRS art. 315.3.

323.5 Pomiar czasu i wyniki

323.5.1 Zawodnicy zdublowani są wycofywani. Dla zawodników zdublowanych ważne są przepisy ICR/NRS art.343.14.

323.6 **Jury i protesty**
Nie ma żadnych specjalnych przepisów

324 Bieg podwójny (Pursuit)

324.1 Definicja
Bieg podwójny jest kombinacją dwóch części zawodów, w których po ustaleniu wyników części pierwszej powstaje lista startowa do drugiego biegu, a ostateczne wyniki ustala kolejność przybycia zawodników na metę.

324.2 **Trasa i stadion**

324.2.1 Wymagane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	C	D
Tory klasyczne	4 tory	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/
START		
Organizacja/Przygotowanie	2-5 korytarzy	2-5 korytarzy
Tory klasyczne	1 na korytarz	
Długość torów (po linii startowej)	koniec strefy startu	10m
Odległość pomiędzy torami	3m	3m
META		
Szerokość (minimum)	6m	12 m
Ilość korytarzy	3-4 tory	3 - 4 korytarze (po 3m)
Odległość między torami	Minimum 1.2m	/

324.3 **Zawodnicy rezerwowi**

324.3.1 Zastępstwo zgodnie z ICR 313.4 jest możliwe tylko przed pierwszą częścią biegu.

324.4 **Kolejność startu i wyniki**

324.4.1 Przebieg startu podwójnego musi być przeprowadzony zgodnie z ICR/NRS art. 315.4

324.5 Mierzenie czasu i wyniki

324.5.1 Obliczenia czasów ostatecznych w biegu podwójnym zostaną wykonane poprzez dodanie wyników (rzeczywisty czas) z poprzedniego biegu bez dziesiętnych części sekundy z końcowymi wynikami drugiego biegu z dziesiętnymi częściami sekundy. Kolejność przybycia na metę określa ostateczny ranking.

324.5.2 Wyniki najszybszego zawodnika dnia można również obliczyć i opublikować jako rzeczywisty czas biegu na dystansie tylko biegu pościgowego.

324.5.3 Przepisy o zasadach dublowania mają zastosowanie. Dla zawodników zdublowanych ważne są przepisy ICR/NRS art.343.14

324.6 Jury i protesty

Nie ma żadnych specjalnych przepisów.

325 Zawody indywidualne w sprincie**325.1 Definicja**

Na zawody indywidualne w sprincie składają się: zawody kwalifikacyjne ze startem interwałowym oraz biegi finałowe. Po kwalifikacjach zawodnicy startują w rundach finałowych ze startami wspólnymi, systemem eliminacyjnym.

325.2 Stadion i trasa

Wymagane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	C	D
Tory klasyczne	4 tory	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/
START		
Organizacja/Przygotowanie	dodatkowy korytarz do kwalifikacji, 6 korytarzy /torów do finałów w sprincie	dodatkowy korytarz do kwalifikacji, 6 korytarzy /torów do finałów w sprincie
Tory klasyczne	1 na korytarz	1 na korytarz
Długość torów (po linii startowej)	koniec strefy startu	15m
Odległość pomiędzy torami	1.8m	1.8m minimum
META		
Szerokość (minimum)	6m	12 m minimum
Ilość korytarzy	3 minimum tory	3- 4 korytarze (po 3m każdy)
Odległość między torami	Minimum 1.2m	/

- 325.2.1 W kwalifikacjach i w finale powinna być ta sama trasa.
- 325.2.2 Odcinki trasy muszą być proste, szerokie i wystarczająco długie, żeby umożliwić wyprzedzanie.
- 325.3 **Wymiana zawodników**
- 325.3.1 Wymiana zawodników - zgodnie z art. 313.4 jest możliwa tylko przed kwalifikacjami.
- 325.3.2 Pozycję startową zawodnika zastępującego ustala jury.
- 325.4 **Kolejność startowa i startowe procedury**
- 325.4.1 Kwalifikacja
- 325.4.1.1 Przebieg pojedynczego startu jest przeprowadzany zgodnie z art. 315.2. Interwały startowe mogą wynosić 10, 15, 20, lub 30 sekund.
- 325.4.1.2 Jeśli dystans zawiera dwa okrążenia (pętle), można przeprowadzić indywidualny start blokowy.
- 325.4.1.3 W przypadku osiągnięcia identycznych czasów w kwalifikacjach, zawodnicy są klasyfikowani według ich punktów FIS w sprincie na liście kwalifikacyjnej (**w kraju - według rankingu**). Identyczne czasy nie zmieniają maksymalnych ilości kwalifikujących się zawodników. (30/24/16)
- 325.4.2 **Biegi finałowe/rundy finałowe (ćwierćfinały, półfinały, finały).**
- 325.4.2.1 Runda– procedury startowe muszą być zgodne z art. 315.5).
- 325.4.2.2 Na ZIO, MŚS, PŚ powinny być rundy: ćwierćfinałowe, półfinałowe i finał A. Przy innych zawodach decyzja należy do organizatorów, włącznie z finałem B.
- 325.4.2.3 Zawodnicy otrzymują swoje pozycje startowe w poszczególnych rundach w następujący sposób:
- ćwierćfinały: według czasu/pozycji w kwalifikacjach
 - półfinały: według pozycji w ćwierćfinałach i czasu w kwalifikacjach
 - finały: według pozycji w półfinałach i czasu w kwalifikacjach.
- 325.4.2.4 Przydzielenie zawodników do ćwierćfinału odbywa się według kolejności w kwalifikacjach. Pozycje startowe w półfinałach i finałach zależą od rankingów i czasów w poprzednich rundach. Poniższe tablice ilustrują sposoby przydzielania zawodników do grup kwalifikacyjnych, półfinałowych i do finałów jeżeli w przydziale do rundy czas nie jest mierzony.

325.4.2.5 Tablica A. Ćwierćfinały z 6 zawodnikami w 5 rzędach, max. 30

TABLICA A Ćwierćfinały z 6 zawodnikami w 5. rzędach, max. 30 awansuje dalej					
Kwalifikacja do rzędów	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5
Przydział 1 -20	1	4	5	2	3
	10	7	6	9	8
	11	14	15	12	13
	20	17	16	19	18
Przydział 21-25	21	24	25	22	23
Przydział 26-30	30	27	26	29	28

Półfinały (12)		Finały (6 + 6)	
S 1	S 2	B Finał	A Finał
Q1 #1	Q4 #1	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

* W przypadku kiedy w biegach ćwierćfinałowych /heat/ nie zmierzono czasu, na szóstą pozycję w półfinałach zostają zakwalifikowani dwaj zawodnicy zajmujący trzecie miejsca we wszystkich ćwierćfinałach z najlepszymi czasami z kwalifikacji. Najszybszy z kwalifikacji Q R3-1 idzie do drugiego półfinału S2, a drugi Q R3-2 jest w pierwszym półfinale S1.

325.4.2.6 Albo Tablica B ćwierćfinałowa z 4 rzędami, max. 24.

TABLICA B Ćwierćfinały z 4 rzędami, maksimum 24 awansuje dalej				
Kwalifikacja do rzędów	Q1	Q2	Q3	Q4
Przydział 1 - 16	1	4	2	3
	8	5	7	6
	9	12	10	11
	16	13	15	14
Dalszy przydział 17-20	17	20	18	19
Dalszy przydział 21-24	24	21	23	22

Półfinały (8)	Finały (4 + 4)		
S1	S2	B Finał	A Finał
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 W zawodach ZIO, MŚS, MŚJ, PŚ biegi muszą odbywać się z mierzaniem czasu, a przydział zawodników do półfinałów, w biegach półfinałowych i finale A odbywa się zgodnie z następującymi zasadami:

Na 6. pozycje w półfinałowych biegach awansują kolejni dwaj najszybsi zawodnicy z ćwierćfinałów, którzy zajmą 3. lub 4. pozycję. Najszybszy zostanie przypisany do S2, a następny najszybszy do S1. W przypadku finału A zawodnicy z 1. i 2. miejsca z każdego biegu półfinałowego są przypisani do finału A, a do kolejnych 2 najszybszych zawodników z biegu półfinałowego, którzy zajmują 3. lub 4. miejsce, zostanie również przypisany Finał A, wszyscy inni półfinaliści są przypisani do finału B.

W przypadku równych czasów w biegach dla pozycji 5 i 6 (szczęśliwych przegranych) obowiązują czasy kwalifikacji. Jeśli remis pozostanie aktualny, obowiązują FIS Punkty sprint; jeśli remis nadal pozostaje, pozycje są ustalane przez losowanie..

325.4.2.7 **W zawodach krajowych** zasady kwalifikacji i podział na grupy powinny być ogłaszane w wytycznych sportowych PZN (w przypadku odstępstwa od powyższych).

325.4.2.8 W zawodach sprinterskich z mniejszą ilością zawodników niż 20 w kwalifikacjach jury może rozstrzygnąć że obowiązuje albo skrócona wersja tablicy A albo zawodnicy zostaną przydzieleni do biegów półfinałowych albo finałowych.

325.4.2.9 Zawodnik, który spowoduje pierwszy falstart będzie ukarany pisemną reprimendą; kolejny falstart każdego zawodnika w tej samej rundzie, spowoduje wycofanie z zawodów i sklasyfikowanie na ostatniej pozycji finału, półfinału lub ćwierćfinału (miejsce 6, 12, 30 albo 4, 8, 16).

325.5 Mierzenie czasu i wyniki

325.5.1 Kwalifikacje w zawodach sprinterskich, czas startu i mety muszą być mierzone z dokładnością 1/1000 sek. a końcowe wyniki do 1/100 sek. W innych zawodach FIS można dopuścić mierzenie czasu z dokładnością do 1/100 sekundy ale wyniki końcowe także do 1/100 sek. Końcowe wyniki muszą być podane z dokładnością do setnych części sekundy.

325.5.2 W zawodach sprinterskich, czasy startu i mety mają być mierzone z dokładnością 1/1000 sek. a końcowe wyniki do 1/1000 sek. W innych zawodach FIS można dopuścić mierzenie czasu z dokładnością do 1/100 sekundy.

325.5.2.1 **W przypadku identycznych czasów w kwalifikacji zawodnicy, którzy awansują do ćwierćfinału, zostaną uszeregowani na liście wyników według FIS punktów Sprintu. Jeśli remis pozostaje nierozstrzygnięty, pozycje/miejsca są określane przez losowanie. Remis w wynikach kwalifikacji nie zmienia maksymalnej liczby zakwalifikowanych do ćwierćfinałów zawodników (30/24/16). Zawodnicy z tym**

samym czasem kwalifikacji, którzy nie awansowali do ćwierćfinału, będą mieli tą samą pozycję/miejsce na tej liście wyników.

325.5.3 Biegi finałowe (rundy finałowe)

325.5.3.1 Zawodnicy sklasyfikowani równo w ćwierćfinałach lub półfinałach (jeżeli nie będzie finału B), którzy nie zakwalifikowali się do następnej rundy będą na końcowej liście sklasyfikowani według czasów w kwalifikacjach.

325.5.3.2 W zawodach w sprincie z udziałem 30 zawodników w ćwierćfinale listę wyników sporządza się następująco:

- 31 do ostatniego miejsca – korzysta się z wyniku w rundzie kwalifikacyjnej
- 26 do 30 miejsca - szóste miejsce w każdym biegu ćwierćfinału według miejsca w rundzie kwalifikacyjnej
- 21 do 25 miejsca - piąte miejsce w każdym biegu ćwierćfinału według zajętego miejsca w rundzie kwalifikacyjnej
- 16/17 do 20 – czwarte miejsce w ćwierćfinale według zajętego miejsca, za wyjątkiem, jeżeli jeden z zawodników z czwartego miejsca zakwalifikuje się do półfinału
- 13 do 15/16 miejsca – trzecie miejsce z ćwierćfinału, który się nie zakwalifikował do półfinału, zostaje sklasyfikowany odpowiednio z miejscem zajęтым w rundzie kwalifikacyjnej
- 7 do 12 miejsca – w oparciu o kolejności finału B. W przypadku jeżeli nie ma finału B zawodnicy są punktowani zgodnie z ich wynikami w półfinale i ich rundami kwalifikacyjnymi
- 1 do 6 miejsca – w oparciu o kolejność finału A

325.5.3.3 W zawodach w sprincie z udziałem 16 zawodników w ćwierćfinale listę wyników sporządza się jak następuje:

- 17 i dalej – korzysta się z wyniku w rundzie kwalifikacyjnej
- 13 do 16 – czwarte miejsce w każdym biegu ćwierćfinału według zajętego miejsca w rundzie kwalifikacyjnej
- 9 do 12 – trzecie miejsce w każdym biegu ćwierćfinału według zajętego miejsca w rundzie kwalifikacyjnej
- 5 do 8 – według kolejności na mecie w finale B W przypadku nie odbycia się finału B zawodnicy sklasyfikowani są zgodnie z zajęтыми miejscami w półfinale i kwalifikacji.
- 1 do 4 – według kolejności w finale A

W przypadku innej liczby zawodników w finale stosuje się te same zasady.

325.5.3.4 Dla ustalenia klasyfikacji pomiędzy dwoma zawodnikami o równych wynikach w ćwierćfinale albo półfinale, wyżej jest sklasyfikowany zawodnik z lepszym czasem w kwalifikacjach. Jeżeli w finale A albo B dalej nie ma rozstrzygnięcia, należą oba zawodników sklasyfikować na tym samym miejscu.

325.5.3.5 Jeżeli zawodnik nie ukończy biegu z powodu "siły wyższej" należy go umieścić na ostatnim miejscu tego biegu - finału, półfinału albo ćwierćfinału (miejsce 6, 12, 30 albo 4, 8, 16).

325.6 Jury i protesty

325.7 W rundach finałowych na ZIO, MŚ, MŚJ oraz PŚ jednogłośnie decyzją co najmniej dwóch członków jury (włącznie z DT) jest równoznaczna z decyzją jury.

325.7.1 Z powodu presji czasu, podczas ćwierćfinałów i półfinałów nie przyjmuje się protestów. Składanie protestów możliwe jest tylko po finałach.

325.7.2 Podczas ćwierć i półfinału ICR/NRS par. 224.7 nie ma zastosowania.

326 Sztafeta sprinterska (Team Sprint)

326.1 Definicja

Sztafeta sprinterska, to zawody, w których bierze udział dwóch zawodników biegnących na przemian 3-6 rund. Ilość i dystanse rund muszą być opublikowane w zapowiedzi zawodów.

326.2 Trasa i stadion

326.2.1 Wymagane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	C	D
Tory klasyczne	4 tory	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/
START		
Organizacja/Przygotowanie	Start klinowy	Start klinowy
Tory klasyczne	Ilość nieparzysta 3 lub więcej	Ilość nieparzysta 3 lub więcej
Długość torów (po linii startowej)	koniec strefy startu	15m
Odległość pomiędzy torami	1.2m	1.2m
META		
Szerokość (minimum)	6m	12 m
Ilość korytarzy	minimum 3 tory	3- 4 korytarze (po 3m każdy)
Odległość między torami	Minimum 1.2m	/
STREFA ZMIAN		
Długość	45m	45m
Szerokość	9m	15m

Na trasie muszą być odcinki przeznaczone do wyprzedzania dostatecznie szerokie i długie. W pobliżu strefy zmian musi się znajdować strefa do przygotowania nart. Jury decyduje o ilości członków obsługi serwisowej na drużynę i o użyciu stołów do smarowania nart.

326.3 Zgłoszenia - wymiana

326.3.1 Nazwiska startujących zawodników jak też kolejność ich startu muszą być zgłoszone do organizatora najpóźniej do 2. godzin przed odprawą kierowników drużyn.

326.3.2 Wymiana/zastąpienie zawodnika jest możliwe zgodnie z ICR/NRS art. 313.4

326.3.3 Zawodnik zastępujący musi startować na tej samej pozycji w zespole jak zastępowany zawodnik. Kolejność startu w zespole nie może być zmieniona.

326.3.4 W przypadku zgłoszenia rezerwowego zespół traci swoją pozycję startową i zostaje przydzielona nowa pozycja na końcu pola startowego. Kolejność startowa z końca pola startowego jest taka sama jak wcześniej. Wcześniejsze pole startowe pozostaje wolne.

326.4 Kolejność startowa i przebieg startu

326.4.1 Stosowanie startu wspólnego musi być zgodne z ICR/NRS art. 315.3.

326.4.2 Normalnie są dwa półfinały jako eliminacje do finału. Kolejność startu grup jest ustalana według następujących zasad:

- najlepszy zespół w punktacji łącznej startuje w półfinale A.
- pozostałe zespoły będą przydzielane parami (na przykład: zespół 2 i 3, zespół 4 i 5 itd.) do grup naprzemiennie.

326.4.2.1 W przypadku kiedy zawodnik nie posiada FIS punktów, 999 punktów zalicza się do kalkulacji.

326.4.2.2 Kiedy liczba zgłoszonych drużyn będzie większa niż 40, jury może zdecydować się na zastosowanie trzech półfinałów oraz rozdzielić je pośród drużyn w następujący sposób:

A	1	6	7	12	13	18	19	24	25	30	31	itd.
B	2	5	8	11	14	17	20	23	26	29	32	35
C	3	4	9	10	15	16	21	22	27	28	33	34

326.4.3 Ilość zespołów w jednym półfinale nie powinna przekraczać 20, i w finale 15.

326.4.4 Kolejność startu półfinałów jest losowana.

- 326.4.5 Pozycje startowe w półfinałach: zespół z najmniejszą ilością punktów sprinterskich i dystansowych członków zespołu startuje z pierwszej pozycji. Zespół z kolejną ilością punktów startuje z pozycji drugiej itd. Jeżeli więcej zespołów posiada równą ilość łączną punktów, jako pierwszy startuje zespół który ma zawodnika z najmniejszą ilością punktów. Jeżeli nadal nie ma rozstrzygnięcia decyduje losowanie.
- 326.4.6 Przebieg kwalifikacji z półfinałów do finałów przebiega następująco:
W przypadku dwóch półfinałów
- jeżeli w półfinałach nie ma pomiarów czasu, do finału kwalifikuje się po 5 najlepszych zespołów z każdego półfinału,
 - jeżeli w półfinałach czasy są mierzone, do finału kwalifikują się po dwa najlepsze zespoły z półfinałów i dodatkowo sześć najszybszych zespołów z obu półfinałów z pozycji od 3 do 8.
- W przypadku trzech lub więcej półfinałów, do 15 sztafet może przystąpić do finałów na podstawie powyższych kryteriów jak opisane powyżej (2 sztafety z każdego wyścigu półfinału plus dziewięć następnnych z najlepszymi czasami kiedy wyścig posiada pomiar czasu jest używany lub po tyle samo sztafet z każdego półfinału wg. zajętych miejsc; w przypadku braku pomiaru czasu
- 326.4.7 Pozycje startowe w finale będą ustawiane według wyników z półfinałów (według czasów).
- 326.4.8 Osobne kolory powinny być stosowane na numerach startowych na nodze. W IO, MŚS, i PŚ będzie to: pierwsza zmiana- czerwona, druga zmiana - niebieska.
- 326.5 **Mierzenie czasów i wyniki**
- 326.5.1 W ZIO, MŚS, MŚJ, oraz PŚ w sprincie drużynowym w półfinałach i w finałach czasy startu i mety są mierzone z dokładnością do 1/1000 sek, a wyniki są podawane do 1/100 sek. W innych zawodach FIS oraz w kraju czasy mogą być mierzone do 1/100 sek. ale wyniki muszą być także podawane z dokładnością do 1/100 sek.
- 326.5.2 Regulamin dublowania ma zastosowanie. Dla zawodników którzy zostali zdublowani stosuje się ICR/NRS art. 343.13.
- 326.5.3 Wyniki końcowe są ogłaszane jak następuje: - wszystkie zespoły z finału są klasyfikowane zgodnie z zajęta pozycją w finale. Jeżeli zostały przeprowadzone półfinały, zespoły które nie weszły do finału są umieszczane na kolejnym wolnym miejscu na liście wyników. Przykład: jeśli 5 zespołów z 2 półfinałów osiągnęło finał wtedy sklasyfikowane jako 6. zespoły zajmują 11 i 12 miejsca według czasów z półfinałów; sklasyfikowane jako 7. zespoły w każdym półfinale zajmują 13 i 14 miejsca itd. w końcowej klasyfikacji.

Jeżeli w półfinałach nie mierzono czasów wtedy wynik końcowy zespołów, które się nie zakwalifikowały do finału, jest determinowany przez zajęte pozycje w półfinałach i przez FIS punkty danego zespołu.

326.6 Jury i protesty

326.6.1 W sprincie drużynowym na ZIO, MŚS, MŚJ i PŚ jednogłośnie decyzja co najmniej 2. członków jury (wraz z DT) jest równoznaczna z decyzją jury.

326.6.2 Z powodu braku czasu upływającego przy kolejnych rundach nie ma możliwości składania protestów. Protesty mogą być składane tylko po finałach.

326.6.3 Podczas sprintów drużynowych nie ma zastosowania przepis ICR/NRS art. 224.7.

327 Biegi sztafetowe

327.1 Definicja

327.1.1 Sztafeta składa się z trzech albo czterech zawodników, którzy pokonują kolejno część trasy. W ZIO, MŚS, MŚJ i PŚ Sztafeta składa się z czterech zawodników.

327.1.2 W ZIO, MŚS, PŚ i MŚJ pierwsze dwa odcinki trasy pokonuje się techniką klasyczną na trasie klasycznej i odpowiednio kolejne dwa odcinki techniką dowolną na trasie do techniki dowolnej.

327.2 Trasa i stadion

327.2.1 Wymagane normy

Rodzaj	Przygotowanie	
	Technika klasyczna	Technika dowolna
TRASA		
Kategoria	B	C
Tory klasyczne	2 tory	/
Odległość pomiędzy torami	minimum 1.2 m	/
START		
Organizacja/Przygotowanie	Start klinowy	Start klinowy
Tory klasyczne	Ilość nieparzysta 3 lub więcej	Ilość nieparzysta 3 lub więcej
Długość torów (po linii startowej)	koniec strefy startu	15m
Odległość pomiędzy torami	1.2m	1.2m
META		
Szerokość (minimum)	6m	12 m
Ilość korytarzy	minimum 3 tory	3 – 4 korytarze (po 3m każdy)
Odległość między torami	Minimum 1.2m	/
STREFA ZMIAN		
Długość	30m	30m
Szerokość	9m	9m

- 327.2.2 Długość pierwszego odcinka włącznie ze stadionem może się różnić w stosunku do innych odcinków trasy o +/- 5%.
- 327.3 **Zawodnicy rezerwowi**
- 327.3.1 Nazwiska rzeczywiście startujących zawodników oraz kolejność ich startu musi być zgłoszona do organizatora najpóźniej na 2. godziny przed odprawą kierowników drużyn.
- 327.3.2 Zgłaszanie zawodników rezerwowych jest możliwe zgodnie z ICR/NRS art. 313.4.
- 327.3.3 Zawodnik rezerwowy musi startować na tej samej pozycji w sztafecie jak prawidłowo zgłoszony zawodnik. Kolejność startu wewnątrz sztafety nie może być zmieniona.
- 327.3.4 Pozycja startowa sztafety pozostaje taka sama.
- 327.4 **Kolejność startowa i przebieg startu**
- 327.4.1 Przebieg startu wspólnego musi odpowiadać przepisom ICR/NRS (art. 315.3)
- 327.4.2 Według regulaminu numery startowe muszą być losowane. We wszystkich ZIO i MŚS numery startowe odpowiadają miejscom zajęтым na poprzednich ZIO, MŚS względnie MŚJ. W zawodach PŚ kolejność ustawienia odpowiada aktualnej pozycji w pucharze narodów. Sztafety, których nie ma na listach wyników i które nie należą do grupy rozstawionej będą miały losowane numery startowe.
- 327.4.3 Jeśli kraj może wystawić więcej niż jeden zespół, musi pierwszy zespół ustawić w rzędzie przed drugim zespołem na starcie i ten sam system jest ważny dla trzeciego zespołu itd. Nieoficjalne zespoły powinny dostać najmniej korzystną pozycję startową.
- 327.4.4 Każdemu odcinkowi trasy są przyporządkowane numery startowe z odpowiednimi kolorami. Na zawodach FIS i PZN obowiązują następujące kolory: 1. zmiana = czerwony, 2. zmiana = zielony, 3. zmiana = żółty, 4. zmiana = niebieski.
- 327.5 **Mierzenie czasu i wyniki**
- 327.5.1 Pomiaru międzyczasów poszczególnych zawodników dokonuje się, gdy zawodnik wbiega do strefy zmian. Czas ten jest równocześnie czasem startu następnego zawodnika.
- 327.5.2 Łączny czas sztafety to czas mierzony od momentu startu pierwszego zawodnika do momentu przekroczenia linii mety przez ostatniego zawodnika w sztafecie. Kolejność przybycia zawodników ostatniej zmiany decyduje o kolejności drużyn.
- 327.5.3 Regulamin dublowania ma zastosowanie. Dla zawodników którzy zostali zdublowani stosuje się ICR/NRS art. 343.14.

327.6

Jury i protesty

Nie ma żadnych specjalnych przepisów.

D. ZAWODY I ZAWODNICZY

341 Wymagania stawiane zawodnikom

341.1 Kategorie wiekowe

341.1.1 Wiek zawodnika liczy się od 1. lipca do 30. czerwca następnego roku.

341.1.2 Seniorzy (kobiety i mężczyźni) muszą mieć w czasie roku kalendarzowego (01.01 – 31.12) przynajmniej 21 lat. Prawo startu uzyskują jednak w momencie rozpoczęcia sezonu startowego (np. na sezon **2020** od 1 lipca 2019).

341.1.3 Juniorki i juniorzy w czasie roku kalendarzowego, **w danym sezonie startowym** (1.01 - 31.12) nie mogą mieć przekroczonych 20 lat.

Mistrzostwa Świata Juniorów

Zawodnik musi ukończyć 16. rok życia przed końcem roku kalendarzowego **w danym sezonie startowym** (1 stycznia do 31 grudnia).

Sezon	Wiek	Data urodzenia
2019/20	16-20	2000, 2001, 2002, 2003, 2004
2020/21	16-20	2001, 2002, 2003, 2004, 2005
2021/22	16-20	2002, 2003, 2004, 2005, 2006
2022/23	16-20	2003, 2004, 2005, 2006, 2007

Mistrzostwa Świata w kategorii U23

Kobiety i mężczyźni U 23 nie mogą mieć więcej niż 23 lata w roku kalendarzowym **w danym sezonie startowym** (01.01 – 31.12). Roczники dla kategorii U23 od sezonu 2019/20r :

Sezon	Wiek	Data urodzenia
2019/20	21-23	1997, 1998, 1999
2020/21	21-23	1998, 1999, 2000
2021/22	21-23	1999, 2000, 2001
2022/23	21-23	2000, 2001, 2002

341.1.4 Juniorki i juniorzy zasadniczo powinni startować w swojej kategorii wiekowej. Mogą oni także startować w odpowiednich kategoriach senierek i seniorów.

- 341.1.5 **Wszystkie zawody FIS**
Zawodnik musi ukończyć 16. rok życia przed końcem roku kalendarzowego **w danym sezonie startowym** (1 styczeń do 31 grudnia):
- w sezonie 2020/21, zawodnik urodzony 2005 roku i wcześniej,
 - w sezonie 2021/22, zawodnik urodzony w 2006 roku i wcześniej,
 - w sezonie 2022/23 zawodnik urodzony w 2007 roku i wcześniej.

341.1.5.1 **W kraju** - Kategorie wiekowe juniorów młodszych i młodzików – patrz: wytyczne sportowe.

341.1.5.2 **Na zawodach krajowych** start juniorów z seniorami regulują wytyczne sportowe.

341.2 System FIS punktów

341.2.1 FIS-punkty stanowią kryterium do kwalifikacji na zawody mistrzowskie FIS i Igrzyska Olimpijskie, a także do ustalania grup oraz list startowych (patrz regulamin Pucharu Świata i regulamin FIS-punktów – dostępny na stronie FIS). **W kraju**, kryterium kwalifikacyjne dla grup młodzieżowych powinny stanowić klasy sportowe.

342 Badania lekarskie

342.1 Stan zdrowia

342.1.1 Związki narciarskie poszczególnych krajów odpowiadają **za stan zdrowia** zgłoszonych zawodników. Badania lekarskie wykonuje lekarz dyżurny na zawodach tylko na życzenie trenera lub zawodnika oraz członka Komisji Lekarskiej FIS/PZN.(art. 221)

342.1.1.1 **W kraju** za stan zdrowia odpowiadają kluby zgłaszające zawodników – szczegóły w aktualnych wytycznych sportowych

343 Odpowiedzialność zawodników

343.1 Zawodnik na treningach i zawodach musi działać rozważnie, musi mieć na uwadze warunki na trasie, widoczność, na trasie i stadionie i in.

343.2 Na treningach i we wszystkich sytuacjach w czasie zawodów zawodnik musi zawsze trasę pokonywać w ustalonym kierunku.

343.3 Zawodnicy muszą postępować zgodnie z instrukcjami (pory otwarcia trasy, noszenie numerów, trening, testowanie nart. itp.), wydanymi przez Jury lub KO, w celu zapewnienia porządku na trasie, stadionie, w strefie przygotowania zespołów: przed, w czasie i po zawodach.

- 343.4 Zawodnik osobiście odpowiada za wystartowanie zgodnie z czasem na liście startowej.
- 343.5 Zawodnicy są zobligowani do noszenia/używania wszystkich środków identyfikacji (numery startowe, numery na nogę, transpondery, GPS) dostarczonych przez organizatora.
- 343.6 Zawodnicy muszą od startu do mety przebiec znakowaną trasą pokonując wszystkie stanowiska kontrolne.
- 343.6.1 Jeżeli zawodnik przebiegnie nieprawidłowy odcinek trasy albo opuści znakowaną trasę, powinien wrócić do punktu w którym popełnił błąd. Żeby tego dokonać zawodnik musi może pobeć w kierunku przeciwnym do kierunku biegu. Nie może przeszkadzać biegnącym zawodnikom i narażać ich na niebezpieczeństwo i jest za to całkowicie odpowiedzialny.
- 343.7 Zawodnicy muszą całą trasę pokonać na własnych nartach i o własnych siłach. Zabroniona jest pomoc z zewnątrz taka jak podciąganie i popychanie
- 343.8 W zawodach z techniką klasyczną zawodnicy muszą stosować tylko technikę klasyczną.
- 343.8.1 W zawodach ze startem interwałowym i w kwalifikacjach do sprintu każde naruszenie techniki klasycznej (np. kroki łyżwowe w celu utrzymania lub zwiększenia prędkości) będzie uważane za wpływające na wyniki (z powodu lepszego czasu i lepszych punktów FIS spowodowanych przez łyżwowanie), a jury zastosuje odpowiednie sankcje bez względu na różnicę czasu między zawodnikami, nawet dla zwycięzcy.
- 343.8.2 W zawodach techniką klasyczną maksymalna długość kijków nie może przekraczać 83% wysokości ciała zawodnika. W zawodach w technice dowolnej maksymalna długość kijków nie może przekraczać 100% wysokości zawodnika. Wysokość ciała mierzy się w butach narciarskich od płaskiej powierzchni do szczytu odkrytej głowy.

wys. ciała	długość kija	wys. ciała	długość kija	wys. ciała	długość kija	wys. ciała	długość kija	wys. ciała	długość kija	wys. ciała	długość kija
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

Długość kijka mierzona jest od dołu kijka do najwyższego zamocowania paska.

Wszystkie pomiary zostaną zaokrąglone do najbliższego centymetra w następujący sposób: mniej niż 0,5 cm zostanie zaokrąglone w dół, a 0,5 cm i więcej zostanie zaokrąglone w górę.

343.9 We wszystkich zawodach niedozwolone jest przeszkadzanie. Takie zachowanie jest definiowane jako celowe utrudnianie, blokowanie, atakowanie lub popychanie innych zawodników jakkolwiek częścią ciała lub wyposażenia.

343.10 **Wyprzedzanie**

343.10.1 W zawodach ze startem interwałowym zawodnik wyprzedzany przez innego zawodnika musi ustąpić miejsca na pierwszy sygnał wyprzedzającego.

Dotyczy to zarówno zawodów w technice klasycznej, nawet jeśli położono dwa tory, jak i w technice dowolnej, kiedy wyprzedzany zawodnik zmuszony jest zwolnić prędkość biegu.

343.10.2 We wszystkich innych zawodach, przy wyprzedzaniu, nie wolno przeszkadzać. Za prawidłowe wyprzedzanie bez przeszkód odpowiada wyprzedzający zawodnik. Musi on wyprzedzić zawodnika co najmniej na długość nart i wtedy dopiero może przejść na tor wyprzedzanego.

343.11 Na odcinkach tras z wyznaczonymi korytarzami zawodnik powinien wybrać jeden z nich. Zawodnik może zmienić korytarz jednak zgodnie z zachowaniem zasad opisanych w ICR/NRS 343.2.9.

343.12 **Wymiana sprzętu**

343.12.1 Na wszystkich zawodach wymiana kijków jest dozwolona tylko w przypadku złamania lub uszkodzenia. W zawodach rozgrywanych techniką klasyczną wymiana obydwu kijków musi być zgodna z art. ICR/NRS 343.8.2

Dozwolona jest wymiana kijków w boksie przeznaczonym do zmiany sprzętu w zawodach skiathlonowych.

343.12.2 Narty mogą być wymienione gdy:

- narty lub wiązania są złamane lub uszkodzone. Uszkodzoną część jury musi obejrzeć po biegu.
- są przygotowane boksy do zmiany sprzętu (tzw. pojedyncze pit-boksy lub boksy drużynowe podczas sprintu drużynowego).

343.12.3 W przypadku jakiegokolwiek wymiany nart zawodnik, musi to zrobić poza trasą i bez pomocy osób trzecich.

343.12.4 W przypadku gdy na zawody długodystansowe lub zawody Skiathlon/bieg podwójny przewidziane są boksy do wymiany nart (pit boksy), zawodnik może

zmienić narty w boksie raz lub więcej razy. Wymiany sprzętu musi być wykonana przez zawodnika w wyznaczonym boksie bez żadnej pomocy.

343.12.5 Kiedy boksy mają zastosowanie, wyprzedzanie wzdłuż linii dościa do boksów jest dozwolone tylko po zewnętrznej stronie dalszej od boksów.

343.12.6 W czasie zawodów jest zabronione smarowanie, skrobanie i czyszczenie nart zawodników. Wyjątek: w zawodach techniką klasyczną zawodnicy mogą skrobać lód z nart i nakładać smar. Można zawodnikom przygotować materiały, ale muszą oni sami to wykonać poza trasą i bez obcej pomocy. Nie wolno umieszczać obok przygotowanego toru gałęzi, narzędzi i innych materiałów.

343.13 **Zmiany w sztafecie i w sprincie drużynowym**

343.13.1 W zawodach drużynowych zmiana następuje przez dotknięcie ręką zawodnika następnego. Obaj zawodnicy muszą się wtedy znajdować w strefie zmian. Zawodnicy odbierający sztafetę mogą wkroczyć do strefy zmian tylko na wezwanie. Każdy rodzaj pomocy wprowadzenia zawodnika w ruch (np. popchnięcie) jest zabroniony.

343.14 **Dublowanie**

343.14.1 W zawodach podwójnych, łączonych, starcie wspólnym, sprincie drużynowym i w sztafetach zawodnicy lub zespoły zdublowane (albo wycofane przez oficjeli) są wycofani i kończą zawody. We wszystkich zawodach zatrzymani zawodnicy lub zespoły są umieszczeni na listach wyników na pozycji zajmowanej na ostatnim pomiarze czasu- międzyczasie.

343.14.2 Na ZIO, MŚS i PŚ obowiązują przepisy ICR art. 343.14.1

343.14.3 Na innych zawodach FIS / PZN jury musi rozstrzygnąć czy regulaminy ICR/NRS art.343.14.1 są obowiązujące.

343.15 W czasie zawodów zabronione jest stosowanie urządzeń bezprzewodowych do kontaktów między trenerami i zawodnikami lub między zawodnikami.

343.16 Zawodnicy muszą stosować się do poleceń funkcyjnych na zawodach.

343.17 Zawodnicy muszą przestrzegać wszelkich aspektów medycznych (patrz. ICR/ NRS art. 221).

344 **Funkcyjni i inne osoby podczas zawodów**

344.1 W celu zapewnienia porządku na trasie, stadionie oraz w strefie przygotowań zawodników, w trakcie zawodów i po zawodach jury ma prawo wydać dodatkowe przepisy porządkowe. W razie potrzeby jury ustala specjalny regulamin dla

funkcyjnych, przedstawicieli mediów i serwisów oraz innych osób nie będących zawodnikami.

- 344.2 Dla porządku i kontroli trasy obowiązują następujące zasady:
- od 5 min. przed startem aż do momentu przekroczenia mety przez ostatniego zawodnika lub patrolu zamykającego trasę, funkcyjnym, trenerom, osobom nie będącym zawodnikami oraz innym osobom akredytowanym nie wolno poruszać się po trasie. Do tego momentu osoby te mają zająć swoje miejsca obok trasy i zdjąć narty
 - podczas przekazywania międzyczasów i informacji dla zawodników funkcyjnym, trenerom oraz innym osobom nie wolno biec obok zawodnika na odcinku dłuższym niż 30 m
 - funkcyjni muszą mieć pewność, że poruszając się po trasie nie przeszkadzają zawodnikom
 - punkty odżywcze muszą zająć stałą pozycję, a obsługa musi gwarantować, że nie będzie przeszkadzać zawodnikom.
- 344.3 Ze względu na bezpieczeństwo i transmisje TV, pewne odcinki trasy muszą być zamknięte dla wszystkich osób z wyjątkiem zawodników.
Jury może wówczas zarządzić testowanie nart oraz dostęp zawodników przed i podczas zawodów wyłącznie do określonych odcinków trasy. Zawodnicy i personel serwisowy może mieć wstęp w takie miejsca tylko pod warunkiem posiadania specjalnych numerów identyfikacyjnych.
- 344.4 Testowanie, smarowanie oraz rozgrzewka na nartach mogą być przeprowadzane na trasie tylko w dozwolonym kierunku. Każdy zawodnik testujący swoje narty na trasie nie może stwarzać niebezpieczeństwa dla innych osób ani zagrażać zniszczeniem przygotowanej trasy. Nie wolno stosować elektronicznych urządzeń podczas testowania nart albo w czasie oficjalnego treningu.

E. BRAK POZWOLENIA NA START, KARY

351 Brak pozwoleń na start

Zawodnik nie może dostać pozwolenia na start we wszystkich zawodach międzynarodowych i **krajowych**, z następujących powodów:

- 351.1 stosuje nieprzyzwoite nazwy i/albo symbole na ubraniach i wyposażeniu (art. 206.7) i zachowuje się niesportowo (205.5) w obrębie zawodów
- 351.2 przekracza przepisy FIS/PZN w sprawie wyposażenia (art. 222) i znaków reklamowych (art. 207)
- 351.3 utrudnia przeprowadzenie badań lekarskich (art. 221.2)
- 351.4 w przypadku, gdy zawodnik startował w zawodach i przekraczał systematycznie regulamin, musi zostać ukarany przez jury.

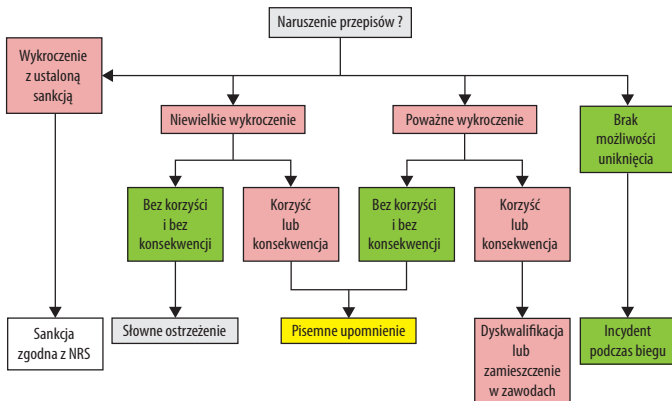
352 Sankcje

352.1 Procedura

352.1.1 Gdy dojdzie do naruszenia przepisów, Jury musi się spotkać i zdecydować o odpowiedniej sankcji, biorąc pod uwagę:

- szczególne okoliczności
- zysk lub korzyść dla sprawcy (patrz art. 223.3.3 ICR)
- negatywny wpływ na innych zawodników
- wpływ na wynik końcowy lub wyniki pośrednie (biegi sprinterskie lub bonusy sprintowe)
- poziom zawodów
- wiek i doświadczenie zawodników

352.1.1.1 Przy podejmowaniu decyzji o sankcji poniższa tabela decyzyjna musi zostać użyta.



352.1.2 Dopuszcza się przesłuchanie sprawcy przewinienia (NRS 224.7)

- na żądanie jury jeśli jest to konieczne,
- na żądanie sprawcy w przypadku złożenia protestu zgodnie z NRS 361.

352.1.3 Kary za przewinienia w przepisach dotyczących techniki mogą być nałożone jednogłośnie decyzją dwóch członków jury (włączając delegata technicznego) bez dowodu video.

352.1.4 Na IO, MŚS, i PŚ sankcje mogą być nadawane przez jednomyślną decyzję Dyrektora zawodów i Delegata technicznego.
Jeżeli DT i dyrektor zawodów pochodzą z tego samego kraju, DT wyznacza zastępcę spośród członków jury.

352.2 Dyskwalifikacja

352.2.1 Dyskwalifikacja powinna być stosowana tylko w przypadku poważnych wykroczeń i wykroczeń z wyraźnym wpływem na końcowy wynik zawodów.

352.2.2 Zawodnik powinien automatycznie zostać zdyskwalifikowany kiedy on:

- uczestniczy w zawodach pod fałszywymi danymi
- albo zagraża bezpieczeństwu osób, lub rzeczy albo powoduje kontuzje i zniszczenia
- ukończy więcej niż jedną zmianę w biegu sztafetowym. – w sztafecie (ICR/NRS art. 327.1.1)

352.2.3 Zawodnik, który w ciągu jednego sezonu otrzymał drugie pisemne ostrzeżenie jest automatycznie zdyskwalifikowany. Pisemne ostrzeżenia, które w czasie sezonu będą nałożone są nieważne w czasie MŚJ, MŚS i ZIO. Pisemne ostrzeżenia nałożone w czasie MŚJ, MŚS i ZIO są ważne do końca sezonu.

352.2.4 Podczas zawodów etapowych i pierwszej części biegu podwójnego/Pursuit, wykroczenie, które jest zwykle sankcjonowane przez DSQ /dyskwalifikację/ może zostać usankcjonowane karą czasową (patrz art. 352.4.2 ICR). Jury podejmuje decyzję o wymiarze kary (DSQ lub kary czasowej).

352.2.5 Po dyskwalifikacji zostaje ogłoszone na liście wyników nazwisko zawodnika z podaniem przyczyny dyskwalifikacji, bez podawania czasu.

352.2.6 Kiedy w zawodach sprinterskich i w sprincie drużynowym nastąpiło uchybienie prowadzące do dyskwalifikacji i spowodowało, że kolejny zawodnik (lub zespół) nie wchodzi do następnej rundy, może jury dopuścić zawodnika (lub zespół) do następnej rundy. W takim przypadku zawodnik (lub zespół) ma być umieszczony na najmniej korzystnej pozycji startowej.

352.2.7 Zawodnik zdyskwalifikowany w rundach Sprintu/ ćwierćfinał, półfinał/ podczas zawodów Sprintu zachowa swój wynik kwalifikacji i nie zostanie zdyskwalifikowany na liście wyników kwalifikacji.

352.3 **Zawieszenie w zawodach**

352.3.1 Zawieszenie w zawodach może być stosowane tylko za przekroczenia zawarte w ICR/NRS w czasie rund sprinterskich, rund sprintu drużynowego rund premiowanych (finisze bonusowe sprinterskie na pkt. międzyczasów a także w sprincie do mety) i zawodów powszechnych.

352.3.2 W zawodach sprinterskich zawieszenie w zawodach oznacza, że zawodnik zostanie uplasowany jako ostatni w swoim przedbiegu i jako ostatni w rundzie (6 miejsce w finale, 12 miejsce w półfinale, 30 miejsce w ćwierćfinale).

352.3.3 We wspólnym starcie i w zawodach łączonych (skiathlon) zawieszony zawodnik jest usunięty z listy sprintu premiowanego.

352.3.4 W zawodach powszechnych, zawieszenie oznacza, że zawodnik/czka jest sklasyfikowany na ostatnim miejscu a jego/jej czas nie jest publikowany.

352.3.5 Zawieszeniu w zawodach zawsze będzie towarzyszyło pisemne upomnienie.

352.3.6 W zawodach w sprinciem drużynowym, zawieszenie w zawodach oznacza, że drużyna zostanie sklasyfikowana na ostatnim miejscu na zmianie i w rundzie.

352.4 **Kary czasowe**

352.4.1 Start przedwczesny powinien być karany:

352.4.1.1 W zawodach ze startem indywidualnym albo w kwalifikacjach sprinterskich przynajmniej 15 sekund. (całkowity czas biegu zawodnika + kara przynajmniej 15 sekund).

352.4.1.2 W zawodach podwójnych ze „startem handicapowym” powinno się sankcjonować przedwczesny start karą czasową równą zdobytemu czasowi (czas startu minus faktyczny czas startu) + 30 sekundowa kara minimalna.

352.4.2 W zawodach etapowych, jury może zdecydować o zastąpieniu dyskwalifikacji, karą czasową 3 minut (ICR/NRS art.352.2.4).

352.5 **Pisemne ostrzeżenie**

352.5.1 Pisemne ostrzeżenie powinno być zastosowane do naruszeń przepisów, które nie prowadzą do korzyści dla sprawcy lub drobne naruszenia z korzyścią dla sprawcy.

352.6 **Ustne ostrzeżenie**

352.6.1 Ustne ostrzeżenie powinno być zastosowane dla drobnych naruszeń lub do poinformowania zawodnika, że jego technika albo zachowanie prowadzi do złamania regulaminu.

352.7 **Kara pieniężna**

352.7.1 Kary pieniężne można zastosować dla każdej akredytowanej osoby.

- 352.7.2 Kary pieniężne mają być stosowane za uchybienia przeciwko przepisom stosowania reklam i znaków komercyjnych, przeciw nieznacznym uchybieniom dyscypliny na trasie, w przypadku wykroczeń NRS 343.5, oraz za naruszenie przepisów dotyczących testowania nart i rozgrzewki.
- 352.7.3 Równocześnie z karą pieniężną może być nałożona na zawodnika pisemna reprimenda – upomnienie – żółta kartka.

F. PROTESTY I ODWOŁANIA

361 Protesty

361.1 Rodzaje protestów:

- 361.1.1 Przeciw dopuszczeniu zawodników albo ich wyposażeniu
- 361.1.2 Przeciw trasie i jej przygotowaniu
- 361.1.3 W czasie zawodów, przeciw innemu zawodnikowi albo przeciw oficjelowi
- 361.1.4 Przeciw wynikom pomiaru czasu
- 361.1.5 Przeciw decyzjom Jury. Patrz wyjątki 325.6.2 i 326.6.2.
- 361.1.6 Przeciw błędom pisarskim oraz uchybieniom i naruszeniom regulaminów FIS/PZN po zawodach.

361.2 Składanie protestów

Różne protesty będą rozpatrywane jak następuje:

- 361.2.1 Protesty stosownie do art.310–344.4. składane na miejscu, na tablicy oficjalnych ogłoszeń albo na odprawie kierowników drużyn.
- 361.2.2 Protesty związane z błędami pisowni lub stwierdzone po zawodach naruszenia regulaminu FIS/PZN są uwzględniane, jeżeli wpłyną do Biura FIS/PZN w terminie 1.miesiąca od zakończenia zawodów - listem poleconym wystosowanym przez rodzimy związek, klub zawodnika.

361.3 Termin składania

- 361.3.1 Przeciw dopuszczeniu zawodnika - przed losowaniem
- 361.3.2 Przeciwko trasie albo jej stanowi - nie później jak 15 minut po oficjalnym treningu
- 361.3.3 Przeciwko innemu zawodnikowi lub wyposażeniu albo przeciw oficjelowi, przeciw nieregularnym działaniom w czasie zawodów
- najpóźniej do 15minut po tym jak zostaną wywieszzone nieoficjalne wyniki

- 361.3.4 Przeciw mierzeniu czasu
- najpóźniej 15 minut po wywieszeniu nieoficjalnej listy wyników
- 361.3.5 Przeciw decyzjom jury, które nie są sankcjami.
- najpóźniej 15 minut po wywieszeniu nieoficjalnych wyników.
- 361.3.6 Przeciw błędom pisarskim i przekroczeniu regulaminu FIS/NRS, które zauważono po ogłoszeniu oficjalnych wyników/ po zawodach.
- najpóźniej 1 miesiąc po zawodach
- 361.4 **Formy protestów**
- 361.4.1 Protesty należy składać w formie pisemnej
- 361.4.2 Protesty muszą być złożone wraz ze wszystkimi dowodami. Dowody muszą być zgłoszone i dołączone do pozostałych materiałów.
- 361.4.3 Do pisemnego protestu należy złożyć kaucję w wysokości 100.-CHF. W przypadku uznania protestu kaucja zostanie zwrócona, a po odrzuceniu protestu przepada na rzecz FIS.
- 361.4.3.1 **W kraju** (od roku 2012) do pisemnego protestu należy wpłacić kaucję 500 zł.-która w przypadku uznania protestu zostanie zwrócona, a po odrzuceniu protestu kaucja przepada na rzecz organizatora. Aktualne wysokości kaucji są podawane co roku w wytycznych sportowych.
- 361.4.4 Protest może być wycofany przed publikacją decyzji Jury. W takim przypadku kaucja będzie zwrócona.
- 361.4.5 Protesty za późno zgłoszone albo bez kaucji nie będą rozpatrywane.
- 361.5 **Uprawnienie**
Następujące osoby albo organizacje mają prawo składać protesty:
- związki narodowe
- kierownik drużyny
- 361.5.1 **W kraju** mają prawo składać protesty:
- kluby
- kierownik drużyny lub w ostateczności trener
- 361.6 **Rozpatrywanie protestów przez jury**
- 361.6.1 Jury spotyka się we wcześniej określonym i oznaczonym miejscu, aby wspólnie rozpatrzyć protest.
- 361.6.2 Przy rozpatrywaniu protestu mogą być obecni tylko członkowie jury. Postępowanie prowadzi DT. Decyzje podejmowane są wymaganą większością

głosów wszystkich głosujących członków jury. Wszyscy członkowie Jury muszą podpisać protokół. Uprzedzanie o wyniku obrad jury jest niedopuszczalne. Przy równej ilości głosów decyduje głos DT.

- 361.6.3 Rozstrzygnięcie musi być niezwłocznie ogłoszone na oficjalnej tablicy ogłoszeń. Musi być podany czas ogłoszenia.

362 Prawo do odwołania

362.1 Odwołania

362.1.1 Odwołanie może być:

- przeciwko wszystkim decyzjom jury ICR/NRS 224.11,
- przeciwko oficjalnej liście wyników. Odwołanie musi być skierowane wyłącznie przeciwko oczywistym i udowodnionym błędom obliczeniowym.

362.1.2 Odwołania muszą być przygotowane przez krajowy związek i przesłane do FIS

362.1.3 Limity czasu:

362.1.3.1 Odwołania przeciw decyzjom jury muszą być przekazane najpóźniej do 48 godzin po opublikowaniu oficjalnych rezultatów.

362.1.3.2 Odwołanie przeciw oficjalnym wynikom musi być przesłane najpóźniej do 30 dni po dniu zawodów.

362.1.4 Odwołania będą rozpatrzone przez:

- Komisję Odwoławczą
- Sąd FIS

362.1.4.1 **W kraju**, odwołania mogą składać kluby do Wydziału Sędziowskiego PZN w powyżej przedstawionych terminach, dokonując wpłaty kaucji w wysokości 1000 zł.-(od roku 2012) Odwołania rozpatruje Wydział Sędziowski PZN.

W przypadku uznania odwołania kaucja zostanie zwrócona, po potrąceniu ewentualnych kosztów postępowania. W przeciwnym przypadku kaucja przepada na rzecz PZN.

Uwaga! Wysokość kaucji i odwołań mogą ulec zmianie. Patrz - wytyczne sportowe PZN.

362.2 Odroczone wyniki

Przedłożone dowody (protest, odwołanie) nie mogą spowodować odroczenia odwołania.

362.3 Podanie

Wszystkie podania (wnioski) muszą być pisemnie udokumentowane.

Spóźnione podania będą przez FIS/PZN odrzucone (art. 225.3). Za każdy protest musi być uiszczona kaucja w kwocie 500 franków szwajcarskich. Kaucja będzie zwrócona w wypadku uznania protestu.

- 362.3.1 **W kraju** kaucja wynosi 500 złotych i zostanie zwrócona w wypadku uznania protestu. Wysokość kaucji jest podawana w wytycznych sportowych.

G. WSKAZÓWKI DLA BIEGÓW POWSZECHNYCH

380 Definicja zawodów w biegach powszechnych

380.1 Zawody

380.1.1 Zawody powszechnie są zawodami otwartymi dla wszystkich zawodników licencjonowanych i nielicencjonowanych, bez ograniczeń dotyczących dystansu zawodów lub ich formatu.

380.1.2 **W kraju** – zawody powszechnie odbywają się na różnych dystansach. Patrz – wytyczne sportowe PZN oraz strona internetowa PZN – **Narciarstwo powszechnie**.

381 Zgłoszenia i zawodnicy

381.1 Zgłoszenia

381.1.1 Zgłoszeń należy dokonywać w wyznaczonych terminach, e-mailem lub on-line, zgodnie z regulaminem zamieszczonym w komunikacie/zapowiedzi zawodów.

Przy wcześniejszych zgłoszeniach można otrzymać zniżkę na opłatę startową.. Spóźnione zgłoszenia mogą pociągnąć za sobą dodatkowe koszty.

381.2 Licencje

381.2.1 Zawodnicy licencjonowani odpowiadają za ważność licencji wydawanych przez związek.

381.3 Kategorie

381.3.1 Zawodnicy dzieleni są na kategorie w zależności od swoich umiejętności. Możliwe jest utworzenie elitarniej grupy startowej, a jej skład opiera się na

wcześniejszych potwierdzonych wynikach, powołaniu na zawody przez związek lub na podstawie FIS punktów lub innego systemu rankingowego. Zawodnicy bez FIS punktów powinni być ustawieni według wcześniej uzyskanych wyników, ewentualnie według kolejności zgłoszeń dokonanych przez swój związek.

381.4 **Tworzenie grup**

381.4.1 Zawodnicy dzieleni są na grupy na podstawie ubiegłorocznych wyników. O przynależności do grupy decyduje też płeć i wiek lub data zgłoszenia.

381.5 **Wyniki**

381.5.1 Wyniki publikowane są oddzielnie dla kobiet i mężczyzn.

381.6 **Zawodnicy**

381.6.1 Zawody powszechne organizowane są dla przyjemności zawodników biorących w nich udział. Zawody te przyciągają zawodników z szerokim wachlarzem umiejętności i doświadczenia, a istotą współzawodnictwa jest dobra sprawność sportowa i uprzejmość wobec innych zawodników. Na zawodnika/czkę zachowującego się niesportowo lub postępującego wbrew przepisom może zostać nałożona kara przez jury. Podczas zawodów powszechnych zawodnicy muszą:

- podążać wyznaczoną trasą od startu do mety przechodząc przez wszystkie punkty kontrolne,
- pokonać całą trasę na nartach, nie korzystając z obcej pomocy
- nie utrudniać biegu i nie przeszkadzać innym zawodnikom,
- nie utrudniać wyprzedzania zawodnikom szybszym. Zawodnicy słabsi powinni zajmować prawą stronę trasy, zawodnicy szybsi jej lewą stronę.
- postępować zgodnie ze specjalnymi postanowieniami regulaminowymi zawodów (np. specjalne strefy, w których wolno wyrzucać śmieci podczas biegu)

381.6.2 Kategorie wiekowe powinny podlegać tym samym zasadom co zawarte w art 341.1

381.7 Zawodnicy startujący w grupie elitarnej muszą spełniać warunki zgodnie ICR/NRS art. 207 „Reklama i komercyjne znaki firmowe” oraz art. 222 „Sprzęt sportowy”.

381.8 Art. 343.12.6 ICR/NRS nie dotyczy zawodników z wyjątkiem rozstawionej grupy

382 Informacja

382.1 **Zapowiedź zawodów**

382.1.1 Zapowiedź zawiera następujące informacje:

- nazwę zawodów
- miejsce zawodów i, jeżeli to konieczne, miejsce zastępcze

- długość tras (y) i rodzaj – technikę (i) biegu
- datę zawodów i czas startu
- podział na grupy
- ostateczny termin zgłoszeń
- informację o opłatach startowych
- informację o noclegach i transporcie
- nagrody i wyróżnienia
- zwrot kosztów, jeżeli zawody nie dojdą do skutku
- zasady ubezpieczenia
- pozostałe niezbędne informacje

382.2 Informacje dla zawodników

382.2.1 Przed startem zawodnicy powinni otrzymać następujące informacje:

- godzinę startu
- opis i profil trasy
- technikę (ki)
- informacje o transporcie
- identyfikator i karty kontrolne, jeżeli takie są wymagane
- znakowanie nart
- postępowanie na starcie
- miejsca do rozgrzewki i postępowanie
- punkty żywienia i stacje z napojami,
- postępowanie w razie nieukończenia biegu
- postępowanie na mecie
- informacje o pomocy lekarskiej
- limity czasowe dla najwolniejszych zawodników, jeśli przewidziane
- miejsca do przebierania się, prysznic, wyżywienie
- miejsca oddawania garderoby i jej odbiór
- publikacja wyników, grupowanie zawodników
- postępowanie przy składaniu protestu
- nagrody i wyróżnienia
- postępowanie związane z nagłym odwołaniem zawodów
- miejsca odpraw kierowników drużyn oraz posiedzeń jury, konferencji prasowych i innych spotkań
- transport
- inne niezbędne informacje.

383

384 Trasa

384.1 Szerokość

384.1.1 Wszystkie przeszkody terenowe muszą być usunięte; na szerokości trasy i na całej długości trasy muszą być założone przynajmniej 2 tory biegu. W zawodach powszechnych techniką dowolną szerokość trasy powinna zapewnić bezkolizyjne wyprzedzanie zawodników.

384.2 **Pole startowe**

384.2.1 Pole startowe powinno być usytuowane na terenie płaskim lub prawie płaskim. Powinno ono bezpośrednio prowadzić zawodników na trasę i posiadać odpowiednią szerokość dla uniknięcia przepychania.

Pole startowe powinno się stopniowo zwężać do trasy właściwej biegu i być tak zorganizowane, aby zapewnić:

- punkt znakowania nart
- punkt identyfikacji zawodników
- punkt kontroli znaków firmowych
- przestrzeń do podziału zawodników na grupy
- kontrolę nadmiernych zagęszczeń

384.3 **Obszar mety**

384.3.1 Trasa powinna kończyć się płaskim i łatwym ujęciem w pole mety. Pole mety powinno być dostatecznie szerokie umożliwiające większej ilości zawodników równoczesny i swobodny dobieg do mety. Na odcinku ostatnich 200 m trasa ma mieć szerokość 10 m i posiadać 3 tory wyodrębnione odpowiednimi oznaczeniami.

Jeżeli na jednej i tej samej trasie w tym samym czasie odbywają się zawody na różnych dystansach, należy zapewnić optymalne warunki dla zawodników lepszych (osobne korytarze do mety), aby nie przeszkadzali im zawodnicy słabsi zmierzający do mety na krótszym dystansie.

Pole mety ma być łatwe do kontrolowania i odpowiednio szerokie, umożliwiające uniknięcie niepotrzebnego natłoku zawodników w jednym miejscu. Punkty żywieniowe, dojścia do szatni, pryszniców oraz punkt transportu znajdujące się w pobliżu mety muszą być czytelnie oznakowane napisami w kilku językach.

384.4 **Przygotowanie trasy**

384.4.1 Przed sezonem:
Trasa ma być systematycznie tak przygotowywana, aby możliwe było przeprowadzenie zawodów przy minimalnej pokrywie śnieżnej.

384.4.2 Przygotowanie w czasie zimy:
Trasa musi być ciągle utwardzana i przygotowywana w celu zapewnienia dobrych warunków jej eksploatacji.

384.4.3 Technika dowolna

W zawodach techniką dowolną trasa ma być odpowiednio utwardzona oraz odpowiednio szeroka umożliwiając bieg dwóch zawodników obok siebie. Tam, gdzie jest to możliwe, można poprowadzić tor w bocznej części trasy. Na odcinku ostatnich 200 metrów szerokość trasy powinna wynosić przynajmniej 10 m. Odcinek ten powinien posiadać minimum 3 odrębne tory oddzielone oznakowaniem.

384.4.4 Technika klasyczna

Zwykle na trasie zakładamy dwa tory. Tam, gdzie jest to możliwe, należy założyć ich więcej. Na stromych zjazdach lub innych miejscach wyznaczonych przez DT i kierownika zawodów torów nie należy zakładać. W strefie mety ostatnie 200 metrów powinno być wyznaczone z jak największą ilością torów. W szczególnych sytuacjach, za zgodą DT i kierownika zawodów, w trakcie zawodów może odbyć się przygotowanie trasy ratrakiem.

384.4.5 Obie techniki

Zawody powszechne można przeprowadzać z zastosowaniem obu technik w tym samym czasie. W takich przypadkach należy oddzielić trasę biegu w technice klasycznej od trasy biegu w technice dowolnej za pomocą odpowiednich oznaczeń dla wykluczenia wzajemnych przejazdów z trasy na trasę. Każda trasa musi być utwardzona i przygotowana zgodnie z art. 384.4.3 i 384.4.4

384.5 Pomiar trasy i znakowanie

384.5.1 Trasa musi być mierzona od startu do mety za pomocą urządzenia GPS, taśmy mierniczej oraz specjalnych przyrządów. Każdy kilometr powinien być oznakowany. Należy również oznakować ostatnie 500 i 200 m przed metą. Znakowane są ponadto strome odcinki, zakręty oraz punkty przecięcia.

384.6 Żywnienie

384.6.1 Punkty żywieniowe znajdują się w odstępach ok. 10 km. Jeżeli trasa jest wyjątkowo trudna, odległości pomiędzy poszczególnymi punktami żywieniowymi mogą być skrócone, a w terenie łatwym wydłużone. Na trasach liczących powyżej 50 km długości należy zapewnić różnorakie napoje i przekąski.

384.6.2 Członkowie zespołów zainteresowani dożywianiem swoich zawodników muszą się zastosować do przepisów ICR/NRS art.344.2.

384.7 Właściwości trasy

384.7.1 Zawody powszechne muszą być dostosowane do zawodników reprezentujących różny poziom, począwszy od biegaczy amatorów, na elicie sportowej skończywszy. Trasa musi być więc dostosowana do umiejętności zawodników.

384.8 Bonusy (premie) sprinterskie

- 384.8.1 Jeśli na trasie jest przewidziany bonus sprinterski, ostatnie 75 m powinno przebiegać prosto i być na tyle szerokie, żeby dwóch zawodników mogło biec obok siebie ramię w ramię. Linia premiowanego sprintu musi być dokładnie wyznaczona. Kontrolerzy muszą obstawić każdą premię sprinterską.

385 Kontrola

385.1 Rodzaje kontroli

385.1.1 We wszystkich aspektach kontrolnych muszą być zachowane warunki „fair play” i bezpieczeństwa zawodników. Lokalizacja punktów kontrolnych i ustawienie odpowiednich stanowisk jest ustalane z DT i kierownikiem zawodów.

Należy zwrócić uwagę na następujące punkty:

- kontrolę techniki, jeżeli jest to konieczne
- ukończenie trasy bez korzystania ze skrótów
- ukończenie całych zawodów na oznakowanych nartach
- upewnienie się, że zawodnik nie korzystał z pomocy osób trzecich i postępuje zgodnie z przepisami ICR/NRS
- stwierdzenie prawidłowości stosowania znaków firmowych zgodnie z ICR i NRS
- prawidłowe przygotowanie trasy (bez żadnych przeszkód)
- zapewnienie bezkolizyjnego poruszania się zawodników na trasie
- kontrola na premiach sprinterskich i na linii mety
- inne aspekty kontroli, jeżeli zaistnieje taka potrzeba.

385.1.2 Kontrolerzy powinni mieć kwalifikacje do wykonywania przypisanych im zadań

386 Opieka medyczna i bezpieczeństwo

386.1 Kierownik opieki medycznej

386.1.1 Kierownik opieki medycznej powoływany jest na każde zawody w biegach powszechnych. Jest równocześnie członkiem komitetu organizacyjnego zawodów i może uczestniczyć w odprawach Jury. Musi być dyplomowanym lekarzem.

386.1.2 Pierwsza pomoc i służby medyczne
Pierwsza pomoc i służby medyczne muszą być w pełni obsadzone już w czasie treningów. Dokładne informacje i zadania oraz lekarskie zabezpieczenie – patrz rozdział 1. Przepisów Lekarskich FIS.

386.2 Planowanie

386.2.1 Kierownik opieki medycznej w wypadkach natychmiastowych służy pierwszą pomocą, zapewnia transport oraz podejmuje działania w przypadku kontuzji, wypadków i wypadków śmiertelnych.
Informacje o powyższych działaniach powinny być przekazane zawodnikom i osobom funkcyjnym.

386.3 **Trening**

386.3.1 Kierownik opieki medycznej przygotowuje odpowiednią ilość personelu fachowego, a następnie udziela odpowiednich instrukcji postępowania z poszkodowanymi na trasie.

386.4 **Punkty pierwszej pomocy**

386.4.1 Punkty pierwszej pomocy mają być rozmieszczone wzdłuż trasy i odpowiednio oznaczone. W strefie startu i mety punkty pierwszej pomocy powinny się znajdować w pomieszczeniach ogrzewanych.

387 **Sankcje, protesty i odwołania**

387.1 Przede wszystkim musi być zastosowany art. 352. Każdy materiał dotyczący przekroczenia przepisów musi być zgłoszony do 48 godzin po tym jak ostatni zawodnik przekroczy metę biegu głównego.

Jury powinno rozpatrzyć protest do 72 godzin po ukończeniu biegu przez pierwszego zawodnika zawodów.

387.2 Protesty przeciwko zawodnikom posiadającym aktywne kody FIS, powinny być przygotowane w ciągu jednej godziny po ukończeniu przez pierwszego zawodnika głównych zawodów. Taki protest musi być wypełniony zgodnie z art. 361.4 i 361.5.

387.3 Protesty przeciwko innym zawodnikom powinny być przygotowane w ciągu 48 godzin po ukończeniu biegu głównego przez pierwszego zawodnika.

Taki protest powinien być wypełniony zgodnie z art. 361.4.

387.4 Ostateczny termin odwołania się od decyzji jury dotyczący zawodników z aktywnymi kodami FIS upływa o północy dwa dni po zawodach. Zawodnicy bez aktywnych kodami FIS nie mają prawa odwołania.

388 **Zalecenia na wypadek szczególnie zimnej pogody**

388.1 **Uwarunkowania**

388.1.1 Jury powinno brać pod uwagę 3 czynniki: temperaturę, całkowity czas przebywania w niskich temperaturach, ubiór i inną ochronę przed zimnem. Wymienione czynniki, jak i pozostałe, np. ostry wiatr, muszą mieć wpływ na ostateczne decyzje jury.

388.2 **Temperatury między minus -15°C a minus -25° C**

- 388.2.1 Jeżeli na całej długości trasy przepowiadane są temperatury między -15°C a -25°C jury w oparciu o przepisy o ochronie przed zimnem wydaje specjalne zalecenia zawodnikom i funkcyjnym.
Pobranie odpowiednich informacji od organizatora i stosowanie się do zaleceń jest obowiązkiem zawodników.
- 388.3 **Temperatury minus: -25°C i niższe**
- 388.3.1 Jeżeli temperatura na większości odcinków trasy spadnie poniżej -25°C , zawody muszą zostać przesunięte lub odwołane.
- 388.4 **Temperatury dodatnie – zabezpieczenia**
- 388.4.1 Jeżeli podczas zawodów przepowiadane są temperatury przekraczające $+5^{\circ}\text{C}$ oraz słoneczna pogoda, należy wydać odpowiednie zalecenia dotyczące ubrania, ochrony przed słońcem oraz zaopatrzenia organizmu w odpowiednią ilość płynów przed zawodami i w czasie ich trwania. Punkty z napojami mają być zaopatrzone w większą ilość płynów spożywczych. Punkty pierwszej pomocy muszą być poinformowane o niebezpieczeństwie utraty płynów i ewentualnych poparzeń słonecznych.

389 Odwołanie zawodów

389.1 Sposób postępowania

389.1.1 Czynniki wpływającymi na odwołanie zawodów są: temperatura, warunki pogodowe, warunki śniegowe, stan tras. Jeżeli zawody ulegają przesunięciu, należy uzgodnić nowy termin w porozumieniu z organizatorem (związkiem narciarskim).

389.1.2 Odwołanie lub przesunięcie zawodów więcej niż 6 dni przed ich rozpoczęciem. Jeśli decyzja o odwołaniu lub przesunięciu zawodów jest podejmowana przynajmniej 6 dni przed planowaną datą zawodów, komitet organizacyjny musi natychmiast powiadomić wszystkie zainteresowane związki narodowe, kluby i środki masowego przekazu w jak najkrótszym terminie.
Ta decyzja może być podjęta przez komitet organizacyjny w porozumieniu z DT.

389.1.3 Nagłe odwołania

Nagłe odwołania następują w okresie krótszym niż 6 dni, nie później niż na 3 godziny przed zapowiedzianym startem, z wyjątkiem specjalnych okoliczności zagrażających zawodnikom i funkcyjnym.
Informacje o nagłym odwołaniu muszą być podane do wiadomości wszystkich zawodników(art. 382.2). Decyzję podejmuje jury.

389.1.4 Postępowanie przy zwrotach kosztów

Jeżeli zawody zostały przesunięte, zawodnik nie ponosi dodatkowych kosztów z tytułu wpisowego. Jeżeli zawodnik nie decyduje się na start w przesuniętym terminie, nie obowiązuje zwrot wpisowego.

Zasady zwrotu kosztów w takim przypadku należy podać w Zapowiedzi zawodów. (art. 382.1)

390 Międzynarodowe przepisy narciarskie (ICR)

390.1 Podstawowe przepisy

390.1.1 Wszystkie przepisy, które nie są ujęte w części G są zawarte w części A-H ICR/ NRS zeszyt Zeszyt I.

H. Zawody na nartorolkach

396.1 Definicje narciarstwa na nartorolkach ICR/NRS

- 396.1.1 Omówione w tym rozdziale przypadki dotyczą szczególnych aspektów sportu na nartorolkach które zasadniczo różnią się od metodyki narciarstwa biegowego, omówionej w poprzednich rozdziałach ICR/NRS.
- 396.1.2 Następne akapity niniejszego regulaminu służą temu, by dodać specyficzne wymogi do obszarów, w których występuje bezpośrednie podobieństwo sportu nartorolkowego do narciarstwa biegowego.
- 396.1.3 W uzupełnieniu do tego wytyczne i procedury rozgrywania zawodów leżące u podstaw biegów narciarskich muszą mieć zastosowanie także w sporcie nartorolkowym.

396.2 Wyposażenie podczas zawodów

- 396.2.1 Sprzęt nartorolkowy powinien być ogólnodostępnym produktem handlowym.
- 396.2.2 Komitet Organizacyjny razem z Delegatem Technicznym musi zadbać o kontrolę sprzętu przed startem i po mecie na każdych zawodach. Kontroli podlegają: nartorolki, wymiary kół, twardość materiału z którego zrobione są koła, długość szyny.
- 396.2.3 Średnica kółek nie może przekraczać 100 mm.
- 396.2.4 Odstęp między osiami nie może być mniejszy niż 530 mm.
- 396.2.5 W zawodach rozgrywanych techniką klasyczną, każda z nartorolek musi mieć wbudowany mechanizm zapadkowy.
- 396.2.6 Kijki używane w zawodach nartorolkowych muszą być kijkami biegowymi.
- 396.2.7 Kaski bezpieczeństwa (e.g. DIN EN 1078 lub podobne) oraz okulary ochronne na oczy muszą być zakładane podczas oficjalnego treningu oraz zawodów.
- 396.2.8 Buty narciarskie muszą być przytwierdzone do nartorolek za pomocą narciarskich zapięć biegowych. Wymiana nartorolek musi przebiegać zgodnie z artykułem 343.12.2.
- 396.2.9 Zawodnik może podczas zawodów naprawić sprzęt, ale bez żadnej pomocy z zewnątrz. Wymiana nartorolek musi być zgodna a art. 343.12.
- 396.2.10 W celu zapewnienia bezpiecznych i sprawiedliwych warunków w zawodach, organizator i jury może wprowadzić techniczne parametry nartorolek (koła itp...) w zapowiedzi zawodów/zaproszenia.

- 396.2.11 Organizator może zapewnić nartorolki od oficjalnego producenta, obowiązkowe dla wszystkich zgłoszonych zawodników. Musi to być wyraźnie ogłoszone w zaproszeniu i zapowiedzi zawodów. Nartorolki wydawane są zawodnikom na drodze losowania, rozdzielane i nadzorowane przez członka jury.
- 396.2.12 Jeżeli organizator zapewnia do dyspozycji oficjalny model nartorolek, ich wymiana podczas zawodów jest możliwa tylko w oficjalnym punkcie serwisowym zgodnie z art. 343.12.2- 343.12.3
- 396.2.13 Jeżeli organizator odda do dyspozycji oficjalny model nartorolek w czasie oficjalnego treningu albo przed zawodami mogą być one naprawiane tylko w oficjalnym punkcie serwisowym (boks).

396.3 Formy zawodów i programy

- 396.3.1 Poniższe formaty zawodów oraz zalecane dystanse mogą mieć zastosowanie. Zawody mogą być rozgrywane techniką klasyczną lub dowolną.

Rodzaj zawodów	Dystans (km)	Długość okrążenia (km)
Zawody indywidualne	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
Zawody ze starem wspólnym (Mass start)	10, 15, 30, 50	2,5, 3,3, 3,75, 5, 7,5, 8,3, 10, 12,5, 15, 16,7
Zawody powszechne	Bez limitów	Bez limitów
Skiathlon	5+5, 7,5+7,5, 10+10, 15+15	2,5, 3,3, 3,75, 5, 7,5, 10
Zawody Pursuit /druga część/	5, 7,5, 10,15	2,5, 3,3, 3,75, 5, 7,5, 10
Sztafety (drużyny z 3 lub 4 zawodnikami mogą być włączone do sztafety mieszanej)	2,5, 3,3, 5, 7,5, 10	2,5, 3,3, 3,75, 5
Sprint indywidualny	0,2 – 1,8	0,2 – 1,8
Sprint drużynowy	2 x (3-6) x 0,8 1,8	0,4 – 1,8

Tabela jest aktualna dla organizujących biegi z wieloma okrążeniami, ale kiedy wybierana jest krótka trasa z dużą liczbą okrążeń, całkowity dystans, format startu i szerokość trasy musi być brana pod uwagę.

Wszystkie odcinki należy odmierzyć z dokładnością +/- 5%. Start indywidualny, start wspólny i Skiathlon mogą być organizowane na terenie pofałdowanym lub z podbiegami. Sprinty indywidualne do 200m mogą być organizowane

na terenie płaskim lub na podbiegu (gdzie maksymalne dopuszczalne średnie nachylenie do 10%).

396.4 **Trasy i stadiony**

396.4.1 Zawody na nartorolkach należy przeprowadzać na asfalcie lub innej utwardzonej nawierzchni naturalnej lub sztucznej.

396.4.2 Najwyższym priorytetem przy budowaniu tras jest bezpieczeństwo zawodników.

396.4.2.1 Trasa do rozgrywania zawodów na nartorolkach nie ma wymogów związanych z homologacją lecz powinna zawierać wymagające odcinki podbiegów.

396.4.3 Przeszkody i niebezpieczne przedmioty na trasie lub w jej pobliżu muszą zostać usunięte lub, jeśli to niemożliwe, wyraźnie oznaczone, a gdzie konieczne, zabezpieczone przez pokrycie.

396.4.4 Zalecane normy tras:

Indywidualnie	Technika klasyczna	Technika dowolna
START INDYWIDUALNY		
TRASA		
Szerokość (minimum)	3 m	4 m
START		
Liczba korytarzy	1	1
META		
Szerokość (minimum)	3,6 m	6 m
IŁOŚĆ KORYTARZY	3	3

BIEG PODWÓJNY (PURSUIT)		
TRASA		
Szerokość trasy (minimum)	4 m	5 m
START		
Organizacja/przygotowanie	2-4 korytarze	2-4 korytarze
Szerokość pola startu (min)	4m	6m
META		
całkowita szerokość (min)	4m-5m	6m-8m
IŁOŚĆ KORYTARZY	3-4*	3-4*

START WSPÓLNY, BIEG ŁĄCZONY (SKIATHLON)		
TRASA		
Szerokość trasy (minimum)	4 m	6 m
START		
Organizacja/ przygotowanie	bezkrok	bezkrok
Szerokość pola startu (min)	5m	6m
ilość korytarzy	Nieparzysty numer 3-5*	Nieparzysty numer 3-5*
META		
Liczba korytarzy	3-4 m	3-4 m

* Liczba, szerokość i długość korytarzy będzie zależała od decyzji Jury zgodnie z formatem zawodów i układem obszaru mety (płaski czy wznoszący/ pod górę).

396.4.5 Na odcinkach zjazdowych nie mogą występować ostre zakręty. Kiedy zakręt wydaje się niebezpieczny organizator i jury musi wprowadzić elementy redukujące prędkość (sztuczna wykładzina, sztuczna trawa itp.)

396.4.6 Bezpieczne i zamknięte strefy rozgrzewkowe i muszą się znajdować w pobliżu trasy zawodów.

396.5 **Ogólne zasady przygotowywania tras**

396.5.1 Trasy zawodów powinny być gotowe najpóźniej na jeden dzień przed zawodami i udostępnione do kontroli i treningu.

396.5.2 Trasy zawodów muszą być zamknięte dla ruchu drogowego. Tylko zawodnicy, komitet organizacyjny, służby bezpieczeństwa, jury, pojazdy TV mogą znajdować się na trasie podczas zawodów lub podczas oficjalnego treningu.

396.6 **Zalecenia dla zawodników**

396.6.1 Nartorolki: Sezon startowy ustala się na okres. 1 Lipca do 30 czerwca następnego roku. Patrz art. 341 ICR/NRS „Biegi” dotyczący kategorii wiekowych.

396.6.2 Metody grupowania

396.6.2.1 Patrz Regulamin PŚ dotyczący specjalnych zasad ustalania kolejności startów.

396.7 **Punkty odżywiania**

396.7.1 Podczas zawodów rozgrywanych na trasie o długości 8 km lub krótszej punkty odżywiania są dozwolone tylko w obszarze znajdującym się za linią mety.

396.7.2 Podczas zawodów rozgrywanych na trasie o długości powyżej 8 km ale mniejszej niż 30 km zezwala się na obecność punktów odżywiania niewyposażonych w pojazdy motorowe.

Podczas zawodów rozgrywanych na trasie dłuższej niż 30 km jury może zezwolić na udział służb zmotoryzowanych.

396.7.3 Jury decyduje o rozmieszczeniu punktów odżywiania.

396.7.4 Podczas zawodów „pod górę” jury ustala pozycje punktów odżywiania.

396.8 **Warunki na starcie i mecie**

396.8.1 Linię startu, linię mety, strefy zmian, korytarze i strefy zmian należy wyraźnie zaznaczyć na nawierzchni.

- 396.8.1.1 W zawodach ze startem wspólnym techniką łyżwową strefa pchania musi być wyraźnie oznaczona po starcie.
- 396.8.1.2 Podczas zawodów PŚ przy starcie wspólnym oraz zawodów podwójnych (Pursuit) należy obszary na starcie i mecie, na których krok łyżwowy jest zabroniony, filmować co najmniej dwiema kamerami cyfrowymi.
- 396.8.1.3 Pomiędzy obszarami startu i mety należy zorganizować łączność radiową lub telefoniczną.
- 396.8.2 **Zalecenia dotyczące mety**
- 396.8.2.1 Podczas zawodów nartorolkowych PŚ oraz MŚ korytarze przy mecie muszą być filmowane przez co najmniej dwie kamery cyfrowe. W pomieszczeniu sędziów musi znajdować się aparatura umożliwiająca cofanie nagrania (replay).
- 396.8.2.2 Obszar mety, ciągnący się za linią mety powinien mieć długość co najmniej 70 m długości w zawodach sprintu (w zależności od nachylenia). Przy zawodach dystansowych jury wyznacza długość obszaru mety. Za strefą mety musi być linia kontrolna. Zawodnikom nie wolno zdejmować rolek przed przekroczeniem tej linii.
- 396.8.2.3 Obszar startu, mety i zmiany sprzętu musi być ogrodzony płótkami przed publicznością i nieakredytowanymi osobami.
- 396.9 **Strefa zmian**
- 396.9.1 Strefa zmian w zawodach drużynowych oraz sprincie drużynowym parami powinna mieć minimum 10m szerokości i 15m długości.
- 396.9.2 Początek strefy zmiany musi być wyraźnie zaznaczony linią. Kiedy przednie kółko nartorolki przybiegającego zawodnika przetnie tą linię, jego partner z drużyny może opuścić strefę zmiany. Nie jest wymagany kontakt fizyczny w strefie zmiany.
- Przedwczesny start w zawodach drużynowych oraz sprincie drużynowym parami musi zostać poddany sankcji przez nałożenie kary czasowej (czas zyskany przez False start + 15 sekund jako minimalna kara).
- 396.10 **Technika klasyczna na nartorolkach**
- 396.10.1 W zawodach na nartorolkach rozgrywanych techniką klasyczną, maksymalna długość kijka nie może być większa niż 83% wzrostu zawodnika plus 2cm. Pomiar i zaokrąglenie wartości musi odpowiadać przepisom zawartym w art. 343.8.1

