

REGLEMENT FOR LANGREND

Organisation og komiteen

Ved alle løb som er terminsat i Gskif's terminliste skal det udnævnes en en organisationskomité. Organisationskomiteen består af de medlemmer (fysisk eller juridisk) som er udnævnt af arrangøren (og godkendt af Gksif). Organisationskomiteen administrerer og oppebærer de rettigheder, opgaver og pligter som påhviler arrangøren.

Løbskommissær

Ved nationale mesterskaber i Grønland udnævner Grønlands Ski Forbund – labngrendsudvalget assisterende TD. Øvrige løbskommissære udnævnes af arrangør. Et af medlemmerne skal dog være løbs/konkurrenceleder, som leder den tekniske afvilingen af løbet eller stævnet.

Hver kommissær bør være speciele kvalificeret til sin opgave, og hver kommissær bør kun have et ansvarsområde og specielt kvalificeret for sin opgave, og have tilstrækkelig tid til at tage sig af opgaven. Kommissær bør genkendelig ved uniformering eller armbind.

Udnævnelse af andre løbskommissære

Løbs/konkurrencelederen udnævner følgende funktioner og løbskommissære:

- løbssekretær
- løjpechef
- tidtagerchef
- arenachef
- sikkerhedschef
- andre kommissær efter behov

Løbskommissære – definitioner og beskrivelse

Løbsleder

- forbedrelse og gennemførelse af konkurrencen
- holde TD orienteret om løbsforbedrelserne, og om eventuelt ændringer som må gøres
- er ansvarlig for alle tekniske sider af konkurrencen
- skal sikre sig, at alle kommissære er tilstrækkelige kvalificeret til at konkurrencen vil blive gennemført i henhold til løbsreglementet
- leder og kontrollerer arbejdet til alle løbskommissære undtagen for TD og jurymedlemmerne
- leder af holdledermøderne, er medlem af juryen og organisationskomiteens ansvarlige repræsentant i samarbejde med TD.
- har ansvar for kontrol- og sikkerhedsfunktioner ved løbet.
- skal være til rådighed for medier og eventuelt TV dækning

Løbssekretær:

- rapporterer til løbsleder
- er ansvarlig for alle sekretariatsfunktioner knyttet til arrangementet
- kontrollerer at tilmeldinger er korrekte
- udarbejder og distribuerer all information (indbydelser, information til holdleder, resultatservice)
- forbereder alle skemaer for start, tidtagning, trækning og kontrol
- organiserer holdledermøderne
- klargøre startlistene, fordeler referat fra holdleder- og jurymøder
- sørger for hurtigst mulig distribution af uofficielle resultater, såvel som fordeling af officielle resultatliste inklusiv eventuelle diskvalifikationer
- skal øjeblikkelig bringe eventuelle protester til juryen

REGLEMENT FOR LANGREND

Løjpechef

- rapportere til løbsleder
- er i samarbejde med TD og løbsleder
- ansvarlig for å vælge løjper som følger Gskifs og FIS normer.
- skal sørge for at frembringe nøjagtige målinger som producere kort og profiler (højde, hældning mv.)
- er ansvarlig for tilfredsstillende og tidsrigtige preparering afløjpe
- stadion og skitestområde i samarbejde med løbsreglement, mærkning og indretning af af løjperne, temperaturmålinger, førstehjelpsposter, madstationer og installationer for mellemtider
- have kendskab til hvordan spor sættes efter ideallinjen og til sletning af spor i kurve
- må have viden om brug af løjpepræpareringsudstr og snøbehandling under ulige sneforhold, for at sikre optimale forhold
- bruge løjpepræpareringsgrupper og løjpepatruljer for at forvisse sig om, at løjpen er i bedst mulig stand gennem hele stævneperioden
- skal søge for at det bliver foretaget gennemgang af løjpen efter løbet

Chef for tidtagning og resultatservice

- rapporterer til løbsleder.
- er ansvarlig for ledelse og koordinering af de funktioner som arbejder i start og mål området
- er leder for manuelle tidtagere, elektroniske tidtagere, tidtagere for mellemtider og udregnere
- koordinerer arbejdet til starter, måldommer og målkontrollør med stadionspeaker
- har tilsyn med resultatservice og tilbyder resultatlistre til media
- har ansvaret for resultatlistre leveres i rigtig format til Gskif

Arenachef

- rapportere til løbsleder
- er ansvarlig for alle aktiviteter på stationsområdet inkluderet skimærkning, reklamekontrol og dopingkontrol
- er ansvarlig for generel montering og indramning af stationområdet
- afgøre pladsering af startlinie og mållinie i samarbejde med tagerchef
- tilrettelægger sammen med sikkerhedschef adgang til station for løberne, ledere, servicepersonale og medie, samt nødvendigt koordinering for præparering på station sammen med løjpechefen

Sikkerhedschef

- rapporterer til løbsleder
- er ansvarlig for sikkerheden og adgang til løjper, skitseområde og stationområdet
- afgøre sammen med TD og løbsleder placering af kontrollører
- udstyrer alle friville med kontrolkort og andre nødvendige hjælpemidler og placering af hjælpere
- indhenter kontrolkort og rapporter fra hjælperne efter løbet til eventuelle hændelser og henvendelser til juryen
- To kontrollører er nødvendig for hver post. De skal stå nogen få meter fra hinanden
- Hjælperne informere sikkerhedschefen om eventuelle brud på reglerne og være til stede som vidner i forbindelse med juryens arbejde

REGLEMENT FOR LANGREND

Andre funktioner

Presse og mediachef

- arbejder sammen med løbsleder og koordinerer med løjpechefen, arenachef og sikkerhedschef for at sikre gode arbejdsforhold for journalister, pressefotografer, radio- og TV-kommentatorer og andre mediefolk.
- er ansvarlig for distribution af nødvendig information til pressen, radio og TV samt for effektiv lyddekning fra højtalerne i arenaområdet.

Sanitetschef

- har ansvar for at organisere al medicinsk støtte og førstehjælpstjeneste og for hurtig transport til nærmeste sygehus
- er ansvarlig for at tilrettelægge lokaler for dopingtest
- er ansvarlig for toiletfacilitet og oprydning før, under og efter løb og stævnet

JURYEN

Medlemmer af juryen

Ved nationale mesterskaber og løb består juryen af TD (juryens leder), løbsleder, løjpechef og 2 repræsentanter fra hver klub (kan vælges fast, men også veksles på hinanden forskellige løbsdage).

Juryens opgaver

- Juryen skal forvisse sig om at konkurrencen organiseres og gennemføres i overensstemmelse med Gskifs og FIS regler. Juryen er i funktion fra det øjeblik den er udnævnt og til eventuelle protestbehandlinger er endelig behandlet.
- Juryen skal klargøre og beslutte om konkurrencen skal udsættes, afbrydes eller aflyses
- Hvis temperaturen er under
 - minus 15 C° for klassene 16 år og yngre
 - minus 18 C° for junior og senior
 - minus 15 C° for junior og senior ved distancer længere end 15 km målt på koldeste sted i løjpen, skal konkurrencen udsættes eller aflyses af juryen
- Ved vanskelige værforhold (f.eks. sterk vind, høj luftfugtighed, tungt snefald eller høj temperatur) kan juryen i samråd med holdlederne for de deltagende hold og løbets sanitetschef, udsætte eller aflyse konkurrencen.
 - om "force majeure" var grunden til at en løberen kom for sent til start
 - om reserver skal sættes ind og efteranmelding kan godtages
 - om modtaget protester skal behandles og om det skal foretages diskvalifikationer eller andre sanktioner overfor udøvere eller trænere
 - ændring af startrækkefølge og startordning
 - alle spørgsmål som ikke er dækket af Gskif regler
- Juryens medlemmer kan under træning og konkurrence give mundtlige advarsler og i særlige tilfælde nægte udøvere og ledere adgang til stadion og løjperne

Afgørelserne i juryen træffes ved simpel flertalsafgørelse, dog har juryleder har dobbeltstemme ved stemmelighed

REGLEMENT FOR LANGREND

TEKNISK DELEGERET (TD)

MYNDIGHED

TD er Gksif's repræsentant ved arrangementet og er garanti for, at konkurrencen gennemføres i overenstemmelse med Gskif's regler. TD tilrettelægger og assisterer arrangøren så vidt muligt.

Udnævnelse

TD kan ikke være medlem af det arrangerende hold og kan heller ikke være deltager i det løb, hvor han/hun er TD.

Personer som har en stilling eller tillitshverv som indebærer ansvar for en klub eller hold, kan ikke være TD eller jurymedlem udover født medlemskab.

Pligter før arrangementet

- TD skal i god tid før løbsdagen kontrollere at arrangørens nødvendige programlægning, planer og udnævnelser af løbskommisær er foranlediget
- TD skal ankomme arrangørstedet i så god tid at han/hun har anledning før officiel træning starter til at kontrollere arrangementet med tanke på eventuelle forbedringer
- Før konkurrencen skal TD:
 - være i kontakt med organisationskomiteen
 - holde sig orienteret om forberedelsene som gøres før konkurrencen
 - forvisse sig om at officiel træning kan gennemføres
 - kontrollere at indkvartering, måltider og transport for deltagerne er tilfredsstillende
 - afgøre flytning til reservested ved snemangel
 - afgøre eventuel omlægning af løjpen pga. vejr eller sneforhold
 - forvisse sig om at arrangøren har nødvendig udstyr for en tilfredsstillende løjpepræparering
 - kontrollere at alle dokumenter (kort og løjpeprofiler med alle tekniske data, invitationer etc.) som er nødvendig information til de deltagende hold, er tilgængelige til rigtig tid
 - i samarbejde med løbsleder og løjpechef bestemme når og hvordan løjpen skal præpareres og sporet sættes
 - gå gennem hele løjpen eller deler af denne på ski for at kontrollere præpareringen. Denne opgave kan evt. overdeles til andre jurymedlemmer
 - gennemgå arenaens udformning med organisationskomiteen for at forvisse sig om at arbejdsforholdene i start- og målområdet for jury, løbskommisære og trænere/ledere er hensigtsmæssige samt at det er en kontrolleret adgang til start og mål for løberne
 - kontrollere procedurene for aktuelle startordninger
 - kontrollere tilrettelægnings af jury- og holdledermøder
 - sammen med løbssekretæren at kontrollere procedurene for tilmelding, seeding og trækning samt at start og resultatlister kan produceres omgående

REGLEMENT FOR LANGREND

- kontrollere kvaliteten og nøjagtigheden af den information som gives holdende
- dersom datatrækning skal benyttes: Sørge for at det bliver gennemført en testtrækning før den egentlige trækningen
- være til stede på holdledermøderne og trækning og sætte dagsorden sammen med løbslederen til holdledermøderne
- give generel information og præcisering af regelsættet
- kontrollere, seeding, gruppering og trækning
- fastsætte sted og tid for jurymøder
- påse at smørefaciliteter har tilfredsstillende opvarming og ventilation
- kontrollere at arrangøren har tilfredsstillende førstehjælpsberedskab
- sammen med sikkerhedschef og løjpechef bestemme placering af teknisk-kontrol

Pligter under konkurrencen eller stævnet

Under konkurrencen må TD ankomme konkurrencestedet senest to timer før første start. Hvis vejrforholdene er vanskelige, bør TD komme tidligere

TD skal:

- ved ankomst modtage rapport fra løbsleder og løjpechef om alle forberedelser
- iværksætte kontrol af at konkurrenceudstyr og reklamemarkering er i overensstemmelse med reglerne
- være til stede i arenaområdet eller dersom TDs nærvær anses nødvendig
- hvis TD forlader arenaområdet må løbsleder varsles
- så langt mulig kontrollere ethvert forhold som kan ha betydning for om konkurrencen bliver vellykket, samt være til stede hvis vanskeligheder opstår
- holde god kontakt med jurymedlemmene

Pligter efter konkurrencen eller stævnet

Efter konkurrencen skal TD:

- modtage slutrapport fra løbsleder, løjpechef, sikkerhedschef og eventuelt andre
- holde jurymøde for at træffe de nødvendige beslutninger
- få den uofficielle resultatlisten fra løbssekretær og gennemgå denne sammen med ham/hende
- Inden 14 dage efter konkurrencen skal TD oversende en godkendt konkurrenceliste med resultater til Gskif, samt en skitseret beretning om forbedrelserne, organisering og gennemførelse, samt de tekniske forbedrelser
- Dersom det er foretaget diskvalifikation skal TD skaffe sig nødvendig dokumentation til en eventuel ankebehandling

REGLEMENT FOR LANGREND

DÆKNING AF UDGIFTER

Arrangørens pligter

Rejse- og opholdsudgifter dækkes af Gskif, og bespisning under konkurrencerne eller stævnet

Eventuel kan der også afholdes dækning for tabt arbejdsfortjeneste for TD.

Arrangør skal også dække udgifter til reise for ett møte før rennet.

HOLDLEDEMØDE

Mødet bør finde sted dagen før selve stævnets påbegyndelse og når det i øvrigt anses for nødvendigt. Angivelse af tid, sted og dato angives i konkurrenceprogrammet og gennemføres med deltagelse af så mange holdledere som muligt. Herunder må løbskommissærene også gerne deltage og informationer videregives af væsentlig betydning for afholdelsen af stævnet eller konkurrencerne.

Der nedfældes referat af holdledermøderne og sproget er grønlandsk/dansk. Løbslederen udarbejder sammen med TD dagsorden og leder mødet. I tilfælde af beslutning, kendelser eller lignende afstemning anvendes simpelt flertal, dog har TD dobbelt stemme i tilfælde af stemmelighed. Et hold har kun en stemme. Der kan deltage flere medlemmer af et hold til mødet.

Om nødvendig kan juryen afbryde holdledermødet for at foretage en juryafgørelse som så meddeles holderledermødet. Juryen er født deltager ved holdledermødet.

Dagsorden

Ved afholdelse af nationale mesterskaber skal der være en fast dagsorden og forelagt skriftligt. Den skal være udarbejdet af løbssekretæren i samarbejde med TD og løbslederen. Dagsordenen bør dog indeholde følgende:

- velkomst
- præsentation af organisationskomiteen og de vigtigste funktionær
- præsentation af juryen
- vejrmelding
- godkendelse af gruppeinddeling/seeding
- trækning (når dette har fundet sted)
- beskrivelse af stadion (adgang, skimærking, start og mål, vekslingsområdet for stafet, udgang etc.)
- beskrivelse af løjpen (adgang, profil, løjpekort, plads for mellemtider og drikkestation, sikkerhed)
- løjpepræparering
- tidspunkt, sted og bestemmelser for skismøringstest
- tid, løjper og bestemmelser for træning
- generel information fra TD
- generel informasjon fra arrangør (premieuddeling, tidspunkt for orientering ved evt. udsættelse, reservested, transport etc.)

REGLEMENT FOR LANGREND

LØBSTYPER OG LØJPÆLÆNGDER

Tabel for distancer og løjpe­længder

Intervalstart	30 sekunder mellem hver løber. 1 min mellem hver gruppe. Der trækkes lod for startrækkefølge – seeding kan iværksættes.
Fællesstart	Samlet start i hver gruppe – 1 min mellem hver gruppe. Ingen seeding.
Jagtstart	Fællesstart med skifte i skistil fra klassisk til fri-teknik (flyvende). Afvikles klassisk/fri-teknik med skiftezone. Ingen seeding.
Individuel sprint (prolog)	15 sekunder mellem hver løber i hver gruppe. 1 min mellem hver gruppe. Kvartfinale, semifinale afvikles efterfølgende (se individuel sprint *)
Individuel sprint *	Kvartfinale, semifinale og finaler med mindst 3 og maks. 6 deltagere. Kvartfinaler og semifinaler kan afvikles med 5 min's mellem for hver gruppe.
Team Sprint	Samlet start i hver gruppe. Kan afvikles med klassisk/klassisk, fri-teknik/fri-teknik eller klassisk/fri-teknik. Semifinale afvikles i tilfælde af mere end 6 hold for hver gruppe. Kan afvikles for samme køn eller som mix-team sprint.

Km	Km	Km	Km	Km	Km	Km	Km	Km	Km
1	2	3	4	5	10	15	20	30	50
1.5	2.5	3.33	3.75	7.5					

Denne tabel giver muligheder for at organisere løb der gennemgås med flere runder. Ved valg af korte løjper med flere runder skal startmetoden og løjpe­bredde vurderes.

Individuel Sprint	Distancer	Prolog	Kvartfinaler	Semifinaler	Finaler
Mænd	1,0 - 1,8 km	Intervalstart	Fællesstart	Fællesstart	Fællesstart
Kvinder	0,8 - 1,4 km	Intervalstart	Fællesstart	Fællesstart	Fællesstart
Drenge	0,5 - 1,8 km	Intervalstart	Fællesstart	Fællesstart	Fællesstart
Piger Junior	0,4 - 1,4 km	Intervalstart	Fællesstart	Fællesstart	Fællesstart

Individuel sprint kan gennemføres med en eller flere runder.

Team Sprint	Distance	Gentagelser for løber 1	Gentagelse for løber 2
Mænd	1,0 - 1,8 km	3 - 6	3 - 6
Kvinder	0,8 - 1,4 km	3 - 6	3 - 6
Drenge	0,5 - 1,8 km	3 - 6	3 - 6
Piger Junior	0,4 - 1,4 km	3 - 6	3 - 6

Team Sprint skal normalt gennemføres med en runde. Tilladte konkurrencedistancer for de forskellige årsklasser.

- 10 år og 11 år (årskl.) - indtil 3 km
- 12 år og 13 år (årskl.) - indtil 4 km

For ovennævnte klasse er løjpe­profilen afgørende for løjpe­længde

- 14 år og 15 år (årskl.) - indtil 10 km
- 16 år og 17 år (årskl.) - indtil 20 km
- 18 år og 19 år - indtil 30 km
- Kvinder senior - indtil 30 km
- Mænd senior - indtil 50 km
- Kvinder oldgirls - indtil 25 km
- Mænd oldboys - indtil 40 km

REGLEMENT FOR LANGREND

BESKRIVELSE AF LANGRENDSLØJPER

Løjpen skal være i ovenestemmelse med gældende normer og sætte krav til løberens tekniske, taktiske og fysiske evner. Vanskelighedsgraden skal tilpasses den aktuelle konkurrence. Løjpen skal være afvekslende med hensyn på stigninger, flad/småkupieret tærren og bakker.

Fiskebensbakker længere end 10-15 meter og åbne, vind-udsatte partier bør så langt som mulig undgås. Løjpen skal give muligheder for jævn rytme under hele løbet. Bakkerne skal give løberne udfordringer, men ikke medføre fare, selv ved hårde og iset spor.

Løjpen skal så vidt mulig bestå af:

- ca. 1/3 stigninger. Stigningene bør være mellem 9 og 18 %, med højdeforskjel på over 10 meter. Kortere stigninger der stiger med mere end 18%, skal være så korte som muligt
- ca. 1/3 flad og småkupieret terræn som inkluderer alle terrængtyper, med korte modbakker og udkøringer med højdeforskel indtil 9 meter
- ca. 1/3 varieret lige strækninger som kræver forskellige teknikker.

Løjperne må tilpasses de forskellige aldersgruppene. Det betyder at løjpeprofilene må differentieres i et og samme arrangement. Fiskebensbakker for yngre årsklasser skal undgås.

Løjperne må benyttes kun i den retning som er planlagt for konkurrencen. Arrangøren af nationale mesterskaber skal tilrettelægge egnet areal for ski- og smørretest. Testarealet bør ligge nær klargøringsområdet.

Normer for langrendsløjper

Højdeforskelle

Differencen mellem højeste og laveste punkt i løjpen må ikke overskride:

- 0.4 - 1.8 km sprint:	50 meter
- 2,5 km:	50 meter
- 3,3 km:	65 meter
- 3,75 km:	75 meter
- 5 km:	100 meter
- 7,5 km:	125 meter
- 10 km:	150 meter
- 15 km og mere:	200 meter

Højdeforskeller i én stigning

- 0.4 -1.8 km:	Sprint Fri teknik:	0-30 meter
- 0.4 -1.8 km:	Sprint klassisk:	10-30 meter (gennemsnit stigning 12-18%)
- 2,5 km:		50 meter
- 3,3 km:		50 meter
- 3,75 km:		50 meter
- 5 km:		50 meter
- 7.5 km:		65 meter
- 10 km og over:		80 meter

REGLEMENT FOR LANGREND

Løjpebredde

Løjpebredden må være tilpasset konkurrenceformen. Løjpen må være så bred at løberne kan passere hinanden. I fællesstart og sprint i fri teknik er det ønskelig med 9 meters bredde i modbakkene.

TEKNIK DEFINITIONER

Klassisk teknik

Omfatter diagonalgang, dobbelttag, fiskeben uden glidefaser, nedkørsel og svingteknik. Skøjtetag er ikke tilladt. Svingteknikker kan omfatte trin og skub for at opnå retningsforandring. Der hvor det er sat spor, tillades ikke teknikker som giver retningsforandring, dette gælder også løbere som går udenfor sporet.

Fri teknik

Omfatter alle langrendsteknikker.

LØJPEPRÆPARERING

Løjpen må ryddes og oparbejdes sådan at den kan benyttes uden fare også ved lidt sne. Løjpen skal have god dræning sådan at forholdene bliver mest mulig lige under hele konkurrencen. Det bør være et mål at løjpen kan benyttes ved 30 cm snedybde. Specielt omtanke må vises ved nedkørsler. Løjpen bør præpereres med maskinelt udstyr og bør følge terrængets naturlige udformning.

Løberne skal kunne passere hinanden uden tidstab med nødvendig sikkerhed. Sideskråt terræn må planeres eller gøres så lige for maskinel præperering og manuelt hvor det skønnes nødvendigt.

Løjpen skal være præpareret og være komplet mærket inden officiel træning, inklusive km-mærking. Testområdet præpereres på samme måde som konkurrenceløjpen.

Det må være forpatruljer og mandskab med tilstrækkelig udstyr for at oprettholde stabile forhold. Det skal foreligge en plan for denne virksomhed.

Brug af kemikalier for at opnå bedre glid er forbudt. Ved specielle forhold kan kemikalier benyttes for at tage vare på sneen og sikre lige forhold for alle deltagere. Juryen afgøre om kemikalier skal benyttes.

Præperering ved klassisk teknik

I konkurrencer med intervalstart sættes normalt 1 spor efter "ideallinjen", dvs. efter den linje som det for løberen synes naturligt at følge for at komme hurtigst muligt frem. I kurverne sættes spor, hvor løberen skal kunne blive i sporet – i modsat fald skal der ikke anlægges spor. For at afgøre sporsætningen må man tage hensyn til de bedste løbes hastighed og teknik.

Tværrprofilen og udformningen af sporet skal give god styring for skiene uden bremsende effekt. Spordybden skal være 2-5 cm, også ved hårdog iset sne. Afstanden mellem skiene i sporet skal ligge indenfor 17-30 cm, målt fra midten af hver ski.

Der hvor det er 2 spor (klassisk), bør disse ligge 100-200 cm fra hinanden, målt fra midten af hvert spor. De sidste 100 meter før mål er "opløbet", og skal være retlinjet. Starten på opløbet skal mærkes tydeligt med en farvet linje over løjpen.

Normalt er opløbet delt i 3 baner med hvert sit spor. Banene skal mærkes tydeligt på langs uden at mærkingen er til hinder for skiene hvis løberen skifter bane.

REGLEMENT FOR LANGREND

Præparering ved fri teknik

Ved individuelle konkurrencer må sneen være godt pakket, og løjpebredden minimum 4 meter.

I sidste 100 meter før mål er "opløpet". Opløpet skal være retlinjet, præpareres i 9 meters bredde og inddeles i 3 like baner. Banene skal være tydelig skiltet med mærking som ikke hindrer skiene hvis løberen skifter bane. Starten på opløbet markeres tydeligt med en farvet linje over løjpen.

Præparering for jagtstart eller stafet

Ved jagtstart uden pause bør klassisk-løjpen have plads til 2-4 spor gennem hele runden. Fri teknik-løjpen bør være tilstrækkelig bred til at 2-3 udøvere kan gå ved siden af hinanden. Dette betyder indtil ni meters bredde i modbakkene.

Ved jagtstart med pause må løjpen som bruges til første del, præpareres som til en konkurrence med intervalstart. Løjpen til andre del må præpareres i en bredde på mindst 6 meter dersom denne går i fri teknik. Starten organiseres med 2-5 startporter. Hver startport må have en bredde på mindst 3 meter.

Præparering for fællesstart

Fællesstarten bør have en strækning på 100 meter ud fra start, hvor løberne ikke har lov at forlade sporet. Derefter kommer en zone hvor løjpen snævres ind til den bredden som resten af løjpen har. For øvrig må trænge passager udglattes for at undgå "kødannelse".

Præparering for sprintkonkurranser

MÆRKING AF LØJPEN

Mærkning skal være så klar at løberne ikke skal være i tvivl hvor løjpen skal gå.

Ved brug af km-skiltning skal disse vise tilbagelagt strækning. Løjpedeler og kryds skal der mærkes tydeligt med godt og synlige skilt, og spærring pladses foran den del af løjpen som ikke benyttes. Farveangivelse anbefales for hver rute.

DRIKKESTATIONER

Lokalisering

Ved distancer indtil 15 km skal det være en drikkestation ved mål. Ved løb på 30 km skal det være 3 stationer og ved løb på 50 km i alt 6 stationer. For øvrig skal det, når rennet er længere enn 30 km, være minimum 1 station pr. 10 km. Stationene skal placeres sådan at løberne kan blive serviceret uden tab af tid og/eller rytme.

Eventuelle private drikkestationer skal placering være sådan, at andre løbere eller frivillige hjælpere ikke generes. Juryen har myndighed til at anviser faste drikkestationer for alle private drikkestationer.

Arrangøren skal sørge for nødvendige spærringer for publikum.

LANGRENDSARENAEN

Start- og målområdet

Ved nationale mesterskaber skal start- og målområdet tilfredsstillende nedestående krav. For andre løb tilpasses retningslinjerne så langt som mulig.

REGLEMENT FOR LANGREND

Arenaen skal være en funktionel helhed, delt op efter behov af porte og markeret zoner. Den skal være lavet sådan at:

- løberne let kan passere gennem området
- løbere, friville og kommissære, medier- og servicefolk, samt publikum let kan nå deres respektive områder
- det er nok plads til både intervallstart, fællesstart og stafettstart, og til at opløpet har rigtig længde

Løberne skal kunne nå følgende områder uden at blive hindret:

- serviceboder
- opvarmningsområde
- skimærking og udstyrskontrol
- opbevaringssted for opvarmingstøj
- starten
- rundepassering og vekslingsfelt (med udgang)
- målområdet
- skikontrol efter målpassering
- afhentning af tøj og drikke
- udgang

Arbejdsforhold

Løbskommissære og jurymedlemmer skal have sådanne arbejdsforhold indenfor areanområdet, at de kan arbejde uden at blive forstyret ved start og ankomst. Dette gælder også for trænere, medie og servicefolk.

Ved større løb må adgangen til arenaen for disse personer reguleres med akkreditering.

Tidtaging og udregning må placeres i en bygning med god udsigt til start og mål. Ved elektronisk tidtagning skal startporten placeres på startlinjen og fotocellene på mållinjen. Tidtagningen for passeringstider bør være ved siden af start eller mål.

Ved nationale mesterskaber skal løbskommissær og jurymedlemmer have et arbejdsrum i umiddelbar nærhed af arenaen.

Et opvarmet rum skal være tilgængelig for lægestab og/eller tilskadekommande.

Andre forhold

Det skal findes opvarmningsområde som fører til stadion. Det skal være udgående spor for løbere, trænere og løbskommissær langs stadion til konkurrenceløjpen. Opvarmningsområde og udgående spor må være indrammet og kræver akkreditering.

Toilet og garderobe for løberne skal placeres nær station og let tilgængeligt.

Tilrettelægning af information

- Vejroplysninger skal sættes op ved stadion sammen med smøreboder
- Tavler for mellemtider og uofficielle resultater skal være sat op.
- Højtalere for løbende information skal benyttes.
- Ved nationale mesterskaber skal oplysningerne gives på grønlandsk og dansk.

REGLEMENT FOR LANGREND

LØBSPROGRAM

Alder og klasseinddeling

Skisæsonen regnes fra 1. maj til 30 april. Løberen starter i samme årsklasse gennem hele skisæsonen.

For børn gælder inddelingen på følgende måde

Forbundsmesterskab	
10 - 11 år	Barn/børn
12 - 13 år	Barn/børn

For junior gælder inddelingen på følgende måde

Grønlandsmesterskab	
14 - 15 år	Yngre junior
16 - 17 år	Junior
18 - 19 år	Ældre junior

For senior gælder inddelingen på følgende måde (Juniorløbere kan kun undtagelsesvis gives tilladelse til at starte i seniorklassen).

Grønlandsmesterskab	
20 - 34 år	Herre senior
20 - 34 år	Dame senior

For oldboys og oldgirls gælder inddelingen på følgende måde

Forbundsmesterskab	
34 - 44 år	Oldboys og Oldgirls
45 - 54 år	Oldboys og Oldgirls
55 - 64 år	Oldboys og Oldgirls
65 -	Oldboys og Oldgirls

SUNDHEDSKONTROL

Det nationale skiforbund er sammen klubberne og løberen selv, ansvarlig for heldbredet i forbindelse med udøveren som tilmeldes fra klubben. Grønlands Ski Forbund kan kræve en lægeundersøgelse i tilfælde af begrundet mistanke om dårlig helbred eller ved formodning om brug af doping. Enhver deltager er forpligtiget til at deltage ved rutinemæssig og stikprøvevis dopingkontrol, foretaget af Anti Doping Grønland – godkendt af Grønlands Idræts Forbund (GIF).

TILMELDING

Ved tilmelding skal det benyttes de skemaer eller metoder som arrangøren har udarbejdet. Skabeloner kan dog udarbejdes og anvendes af alle.

SEEDING

På baggrund af forrige års resultater og på baggrund af juryens og/eller landstrænerens vurdering og indstilling, placeres løberne i seedningslag (3 lag), hvor første lag starter først, andet lag næst og tredje lag starter sidst. I tilfælde af under 10 løbere anvendes seedningsgruppering ikke. I tilfælde af 11 -15 løbere i gruppen anvendes 2 lag. I tilfælde af 16 - løbere anvendes 3 lag.

REGLEMENT FOR LANGREND

RESERVER/EFTERANMELDELSER

Bestemmelser

I løb med begrænsning af deltagerantallet kan reserve sættes ind efter at trækning er foretaget når der en udtaget løber der ikke kan starte på grund af

"force majeure" (skade, sygdom el. l.) og juryen tillader det. Reservestarter på vedkommende ordinære løbers startnummer.

TRÆKNING/OPSÆTNING AF STARTLISTEN

Principperne

Startrækkefølgen afgøres ved trækning. I trækningen tages udtages løberne som er tilmeldt i rette tid og i overensstemmelse med reglementet. Det er ikke tilladt at starte på en anden løbers startnummer. Dette gælder ikke reserver som er indsat.

I løbet hvor det er seeding af løberne, foretages trækning gruppevis. Trækningen kan foregå enten manuelt eller på data. TD eller bemyndiget person (jury medlem og klubrepræsentant) skal kontrollere trækningen. Ved trækningen skal det tages hensyn til seedingsregler for det aktuelle løb.

Hvis løbet bliver udsat til ny dato, skal trækning foretages på ny.

Datatrækning

Metoden kræver at navn og gruppeinddeling for løberne er indlagt i datamaskinen. Dette programmet sørger for mindst 4 trin som alle vises på skærmen:

1. Listen med de tilmeldte løbere og deres gruppeinddeling, hvor løberne er tildelt trækningnummer, vises på skærmen
2. Datamaskinen trækker et trækningnummer og det tilhørende navn og viser begge på skærmen
3. Datamaskinen trækker så startnummeret til denne løberen. Startnummer og navn vises så på skærmen
4. På skærmen vises til slut den komplette startliste.
5. Juryen kan godkende datatrækning som foregår uden at trækningnummer vises på skærmen.

STARTNUMMER

Udforming

Det bør være startnummer som skal være synlige både foran og bagtil. De må ikke på nogen måde være til hinder for løberen. Hverken størrelsen eller formen på startnummeret må forandres, heller ikke måden den sættes på. Arrangøren er ansvarlig for at levere praktiske startnummer.

TRÆNING OG BESIGTIGELSE AF LØJPEN

Træningstider

Løbere skal gives mulighed for gøre sig bekendt med løjpen. Såfremt det er muligt skal løjpen stå klar 2 dage før konkurrencen. Løbslederen kan angive tidspunkter for træningstider og områder.

REGLEMENT FOR LANGREND

LØBERENS OPTRÆDEN UNDER LØBET

Løberens rettigheder og pligter

Løberen har selv ansvar for at møde til start i rette tid. Løberne må følge den mærkede løjpe fra start til mål og må passere alle løjpekontrollører.

Løberen skal optræde indenfor regler om "fair play" overfor andre løbere. Ved anrøb eller lignende tilkendegivelse må løberen eller løberne der skal overhales give tid og plads for overhaling. En løber som blive taget med eller indhentet af andre løbere, må give løberen på første signal, undtagen i sprint og i de mærkede zoner under opløbet.

Løberen skal gennemføre hele løbet kun ved brug af tilladte hjælpemidler og på mærkede ski dersom dette er et krav fra arrangøren. Enhver form for "pace" er forbudt.

Det er tilladt at bytte stave under løbet. Ski kan byttes i tilfælde af ski eller binding er ødelagt, eller der i løbet er egne byttezoner ("equipment exchange boxes") Ødelagte ski/bindinger skal forevises for juryen efter løbet. Skibytte skal foregå udenfor løjpen, og uden hjælp fra andre personer. På "kongeetapen" – 50 km for mænd (3 gange) og 30 km (2 gange) for kvinder, samt junior og oldgirls/oldboys, vil det være muligt at skifte eller bytte ski med henblik på forbedring af glidet. Dog må der kun skiftes i skiftezone.

I konkurrencer med fri teknik er smøring, skrabning eller rensning af løberens ski under løbet forbudt.

I konkurrencer med klassisk teknik kan løberen skrabe skiene for at fjerne sne og is, og lægge ny fæstesmøring hvis dette er nødvendigt. Løberen må gøre dette udenfor sporet og uden hjælp fra andre.

Smøring, skraber og lignende udstyr kan modtages fra andre personer. Mad og drikke kan modtages fra andre personer.

Så snart en løber kommer ind i mærket zone, må løberen forblive på den banen/det spor som er valgt, medmindre løberen må skifte spor for at komme forbi en konkurrent.

Ved de nationale mesterskaber i Grønland anvendes udtagning af løbere ikke ved overhaling med en eller flere omgange. Således kan alle gennemfører løbet, uanset placering. Ellers skal løberne følge de anvisninger som gives af arrangøren, samt sætte sig ind i medicinske regler og bestemmelser som gælder for alle.

Såfremt en løber ønsker at bryde eller standse, skal dette meddelelse til løbskommissær snarest, og har man været vidne til uheld eller fejl, skal dette meldes til løbskommissær og/eller holdleder snarest.

LØBSKOMMISSÆR OG ANDRE UNDER KONKURRENCEN

Rettigheder og pligter

Når TD følger det nødvendigt og kan anvise servicefolk, ikke konkurrerende løber og medier instruktion om hvordan de kan og skal færdes i området og i løjperne. Får løjperne gælder følgende retningslinier:

Fra 5 min. før start og til slutpatruljen (eller snøscooteren) har passert, har ikke funksjonærer, servicefolk, ikkekonkurrerende løpere, trenere eller andre akkrediterede personer lov til å gå på ski i løypa. I denne perioden må disse personene ta plass ved siden av løypa og stå uten ski. Unntak fra denne regel: se pkt. 341.1.4

d- I nasjonale renn må arrangøren sørge for tilstrekkelig orden slik at løperne kan komme frem uhindret.

- Under sekundering har funksjonærer, trenere og andre ikke lov til å løpe mer enn 30 meter ved siden av løperen.

- Funksjonærer og andre må sørge for at de ikke hindrer løperen på noen måte.

Juryen kan utstyre servicepersonell med spesielle vester som gir adgang til konkurranseløypa under løpet.

REGLEMENT FOR LANGREND

All skitesting og oppvarming i konkurranseløypa, som juryen har tillatt, må foregå i samme retning som konkurransen går, og med den største årvåkenhet. Bruk av elektronisk tidtakerutstyr i forbindelse med skitesting i konkurranseløypa er ikke tillatt under rennet.

SKIMÆRKNING

Procedure

Skimærkning foretages dersom det er besluttet af juryen. Hensigten er at skimærkning, at der ikke skiftes ski under konkurrancer, hvor det ikke er tilladt. Deltagerne skal møde i god tid, og skal være iført startnummer og må ikke forlade start og målområdet igen med ski.

Ved sprint anvendes ikke skimærkning. Gælder dog ikke ved Team Sprint – her kan skimærkning anvendes. Arrangør bestemmer selv hvad de vil anvende som mærkning – men skal være hemmelig for alle andre hold/klubber. Skimærket skal dog godkendes af TD og juryen.

Start, tidtagning, mål, resultater

Startmetoder

Følgende startformer kan benyttes:

enkeltstart,
fællesstart,
jagtstart
prolog

Enkeltstart foregår vanligvis med et halvt minuts startinterval. TD kan tillade dobbeltstart og/eller et minuts startinterval, og desuden enkeltstart med 15 sekunders interval.

Startprocedure

Starteren skal give hver deltager et varsel 10 sekunder før start. Fem sekunder før start tæller starteren:

5-4-3-2-1 fulgt af et startsignal.

Hvis der benyttes elektronisk tidtagning, vil det samtidig blive givet et højt og tydeligt elektronisk startsignal. Startklokken skal placeres sådan, at deltageren let kan se og hører starturet.

Løberen skal have begge fødder bag startlinie og i ro før starteren giver startkommandoen. Stavende skal placeres i for over startlinien og/eller porten.

En deltager som starter for sent, skal ikke forstyrre starten for andre deltagere. Deltagernes virkelige starttid skal noteres både ved elektronisk og manuel tidtagning. Dette skal gennemføres i tilfælde juryen skulle komme til at deltagerens forsinkede start skyldes "force majeure".

Fællesstart

Startpostijoner tildeles ved trækning eller efter seeding. Hvis løberne er seedet, vil den der er seedet få de laveste startnumre og de bedste startpositioner.

Startproceduren begynder 2 minutter før starten. Her vil alle løbere få information om den videre proceduren. Alle løbere må stille sig i ro ved starten. Der gives klar information når det er "et minut igen" og når det er "30 sekunder igen".

Når alle løberne er helt i ro, gives selve startsignalet. Denne procedure følges i alle former for fællesstart (stafet, jagtstart, teamsprint).

REGLEMENT FOR LANGREND

Pligter for købskommissær ved starten

Starteren må være sikker på at deltagerne starter på den korrekte starttid ifølge deres startnummer. En starterassistent placeres nær startlinjen for at registrere og følge op på alle regelbrud ved starten.

Konsekvenser ved fejstart

Ved intervalstart og jagtstart vil en løber som starter for tidligt ikke blive tilbagekaldt. Den tidlige start vil blive rapporteret til juryen som tager stilling til hvilken konsekvens den vil have (diskvalifikation, tidsstillæg eller advarsel).

Ved alle former for fællesstart vil tyvstart medføre at starten skal foretages på ny. Starteren skal give signal til, at tyvstart er sket og anmode løbskommissær om at standse løbet.

TIDTAGNING

Fremgangsmåde

Tidtagning kan være både elektronisk og manuelt. Elektronisk tidtagning indebærer at det benyttes elektronisk startport ved start og fotoceller ved mål. Alt andet start- eller målorden er at regne som manuell tidtagning.

Manuel tidtagning kan være tilstrækkeligt. Resultaterne skal kontrolleres ved hjælp af de manuelle tider. Ved manuel tidtagning skal det være et separat manuelt tidtagningssystem for kontrol. Ved manuel tidtagning regnes tiden i hele sekunder.

Mellemtider

Ved nationale mesterskaber kan der anvendes mellemtider og følgende gælder i så fald:

På 10 km bør det tage én mellemtid, på 15 km 2 mellemtider, på 30 km 2-3 mellemtider og på 50 km mindst 3 mellemtider.

MÅLPASSERING

Generelt

Ved manuell tidtagning tages tiden når deltagerens fremmeste fod krydser linjen mellem 2 målstolper. Ved elektronisk tidtagning tages tiden når den elektroniske foto- eller lysstråle brydes. Strålen skal placeres 25 cm. over snefladen.

Hvis løberen falder idet mållinjen krydses, vil tiden regnes når alle dele af kroppen har passeret mållinjen uden hjælp fra andre.

Måldommerne er ansvarlige for at føre en liste over rækkefølgen af deltagerne som passerer mållinjen. Listene overleveres til chef for tidtagning og resultatservice.

Mållinjen skal maksimum være 10 cm. bred. Måldommerne kontrollerer at løberen kommer i mål med 2 mærkede ski i det tilfælde der har været anvendt skimærkning.

UDREGNING AF RESULTATER

Generelt

Ved individuel start regnes resultatene ud ved differencen mellem tiden i mål og starttiden. Hvis to eller flere deltagere ved individuel start har samme tid, skal de have den samme pladsering på resultatlisten, og deltageren med det laveste startnummer skal stå først på listen.

REGLEMENT FOR LANGREND

Ved fællesstart, jagtstart, Team Sprint, stafet, er det rækkefølgende rækkefølgen i mål som danner resultatlisten.

OFFENTLIGGØRELSE AF RESULTATER

Fremgangsmåde

Den uofficielle resultatlisten skal distribueres til de officielle repræsentanter (holdledere etc.) så snart som mulig efter konkurrencen, med tidspunktet for publicering påført. Juryen skal gennemgå eventuelle fejl, regelbrud og protester snarest mulig og senest 30 minutter efter at den uofficielle liste er publiceret.

Resultatlisten bliver officiel straks efter at juryen har bestemt dette. Den officielle resultatlisten skal indeholde den endelige rækkefølge for deltagerne, deres startnummer, slut-tid og mellemtider, samt stilart, antal deltakere, navn på deltagere, som starter og ikke gennemført (DNF), diskvalificeret løbere (DNF), temperatur og juryens sammensætning. Yderligere skal der også oplyses om løbere der ikke mødte til start (DNS).

Løbssektretæren skal godkende og underskrive resultatlisten efter at TD har kontrolleret indholdet.

INDIVIDUELLE SPRINTKONKURRENCER

Individuelle sprintkonkurrencer gennemføres vanligvis ved en kvalificeringsomgang (prolog) og finalerunder. Kvalificeringsomgangen foregår som enkeltstart. Finalerundene gennemføres i heat med fællesstart.

Kvalificeringsomgangen

Startrekkefølgen avgøres ved trækning. Startinterval kan være 10, 15, 20 eller 30 sek. Løjpem og distancen skal som hovedregel være de samme som i finaleomgangene.

Udøvere med samme tid i kvalificeringen som ikke går videre til finalerunder, gives samme pladsering på resultatlisten.

Finaleomgangene

I sprintfinalene vælges startposition således:

- kvartfinale; tid i kvalificering
- semifinal; plads i kvartfinale og/eller tid i kvalificering
- i finale; plads i semifinaler og/eller tid i kvalificering

Løberen med bedst tid/pladsering får lov at vælge startposition, derefter får næstebedste lov at vælge osv., dog under bestingelse af, at de er til stede ved tildelingen for det aktuelle heat.

Ved dødt løb i kvartfinaler eller semifinaler rangeres udøveren med bedst kvalificeringstid først. Ved dødt løb i A-finaler eller B-finaler gives løberne samme pladsering på resultatlisten.

Startproceduren følger proceduren ved enkeltstart og fællesstart.

Hvis en udøver ikke fuldfører et heat på grund af "force majeure" rangeres han/hun sidst i heatet.

Hvis en obstruktion fører til diskvalifikation og anden udøver som følge af denne obstruktion ikke kom videre, kan den skadelidte udøver alligevel tillades at starte i næste runde. I sådanne tilfælde skal udøveren starte i andre række eller sidstevalg. Denne regel skal kun bruges i særlige tilfælde hvor obstruktion var hensigtet. Obstruktion vil som udgangspunkt medfører diskvalifikation af pågældende løber. Denne beslutning tages af juryen.

REGLEMENT FOR LANGREND

TEAM SPRINT

Team Sprint eller spring-stafet foregår med 2 løbere på hvert hold, som går hver mellem flere etaper hver. Antallet af etaper skal følge med ved invitationen. Der løbes mand – mand, kvinde – kvinde eller mand – kvinde (mix-stafet). I gruppen mand – mand kan første eller anden tur erstattes af en kvinde.

Startrækkefølge

Startrækkefølgende foretages ved trækning og følger i øvrigt reglerne ved trækning (startnummer).

Starten bør have 2 – 6 parallelle spor som går retlinjet 100 meter fra start. Det bør være 1,5 meter mellem hvert spor. Hold 1 starter på startlinjen i spor 1. Hold 2 starter i spor osv. Ellers starter de andre hold bagved og der kan ikke skiftes spor før den defineret startzone er passeret.

Veklingsområde

Løjpen skal være så bred som muligt og mindst 5 meter ved fri-teknik. Veklingszonen bør være 15 meter bred og mindst 45 meter lang, således det vil være muligt at passere hinanden uhindret.

Jagtstart (med eller uden pause)

Midtvejs i løbet skifter udøver udstyr og teknik (fra klassisk til friteknik). Pursuit eller jagtstart kan gennemføres med eller uden pause. Pausen kan varer fra 1,5 time op til en anden løbsdag.

Jagtstart med pause

Denne form for jagtstart består af to separate deler hvor sammenlagt resultat er tællende. De to delene afvikles i to forskellige teknikker. Starten går med intervalstart, og næste runde afvikles med den tidsforskel der er mellem hver løber. Vinderen fra første løb starter først, nummer 2 starter næst osv. Tiderne regnes i hele sekunder. I tilfælde af får større tidsforskelle kan juryen diktere fællesstart for en bestemt gruppe.

Jagtstart uden pause

Denne form for jagtstart består af fællesstart efterfulgt af skibytte i en skifteboks på start- og målormådet. Konkurrencen fortsætter med del 2. Det skiftes teknik fra del 1 til del 2.

Skiftebås

Det skal være en "skiftebås" til hver løber. Før start pladsere løberen ski og staver o.s.v i båsen. Skiftebåsen bør være 2 – 2,5 meter lang og 1,2 - 1,5 meter bred.

De sidste meterne før skiftebåsene, og langs skiftebåsene, er det en "teknikfri" zone (tilladt at skøjte. Det er tilladt at overhale i skiftezone. Nummertildeling eller tilkendegivelse bør anvendes for at skabe overblik og fejl.

REGLEMENT FOR LANGREND

STAFET

Organisationen for stafet er den samme som for langrend med følgende tillæg:

Løbskommissær med specielle opgaver og funktioner:

Løbsleder udnævner en chef for fællesstart og vekling som sammen med sine assistenter starter og kontrollerer vekling. At vekling sker efter reglerne, således

Reglerne for starten og løjper er, at startlinien er buet, og at afstanden til hver spor er mellem 1,2 - 1,5 meter. Hvis det ikke er plads nok til at starte alle deltagerne ved siden af hinanden. Det er tilladt at have 2 eller flere linjer, og som starter samtidigt. Seks (6) linier anbefales og som udgangspunkt kun have deltagelse af en bestemt gruppe. Dog kan juryen, TD og løbslederen beslutte, at der skal afvikles start med flere grupper ad gangen, dog kun af samme køn.

Startopstilling

Deltagere på første etape skal starte på startlinjen. Startnummer 1 starter i midterste spor, nr. 2 på hans højre side, nr. 3 på hans venstre side osv.

Distancer og klasseinddeling

Generel klasseinddeling i stafet:

- Senior kvinder	3 x 5 km	for hold med løbere 15 år og ældre
- Senior mænd	3 x 7,5/10 km	for hold med løbere 17 år og ældre
- Junior mænd	3 x 5 km	for hold med løbere 15-19 år
- Junior kvinder	3 x 5 km	for hold med løbere 15-19 år

For øvrige kan arrangøren fastsætte forskellige kombinationer af klasser, forudsat at ingen går længere distance end tilladt.

Veklingsfelt/zone

Veklingsfeltet skal være rektangulært, 30 meter langt og passende bredt, godt mærket og indrammet. Feltet bør være flad eller svag stigende og ligge i nærheden af start- og målområdet. Vekslingen sker ved at den ankommende deltagers hånd berører næste deltagers krop (uanset kropsdel), mens begge deltagerne befinder sig i vekslingsfeltet/zonen.

Hvis vekslingen ikke er korrekt udført, skal dette rapporteres til juryen som vil iværksætte en sanktion (diskvalifikation, tidsstillæg eller advarsel). Udøverne skal følge arrangørens anvisninger. Det er ikke tilladt at skyde den startende løber for at han/hun skal vinde fart.

Startnumrene

Ved nationale mesterskaber benyttes sorte tal på startnumrene. Etapenummer kan være afmærket med et mindre tal nederst i hjørnet. I løbet anvendes følgende farver for hver etape:

1. etape rød, 2 etape grøn, 3 etape gul og 4 etape blå.

KONKURRENCEN OG DELTAGERNE

Stafetholdet består af 3 eller 4 deltagere i henhold til programmet for løbet. Hver deltager kan kun gå 1 etappe. Hver løber skal tilmeldes og tilmeldingsblanket udleveres af arrangøren. Der kan meldes 2 reserver til hvert hold. Senest 2 timer før løbet afvikles kan der meldes ny løber. En klub kan tilmelde flere hold, og en kvinde kan godt løbe for et "mandehold". En mand kan dog ikke løbe for et kvindehold. Yderligere begrænsninger afgøres af juryen og TD sammen med løbslederen. Mix-hold kan deltage, dog uden for ordinær konkurrence.

REGLEMENT FOR LANGREND

Trækning

Vanligvis vil startnummer blive trukket, dog vil startnummer blive uddelt i forhold til sidste års pladsering. Nye hold får startnummer efter trækning.

TIDTAGNING OG RESULTATER

Tidtagning og udregning (mellemtider) er de samme som for langrendskonkurrencer. Rækkefølgen af målpasseringene for deltagerne på sidste etape, afgøre holdet pladsering.

DISKVALIFIKATION

Juryen skal mødes og bestemme om der skal ske diskvalifikation af en udøver eller hold og alle relevante bevis(er) må vurderes nøje, og udtøveren/holdet skal have chance og mulighed for at få indblik i klagen, afgørelsen eller taleret inden afgørelsen. Juryen skal også tage i sin betragtning løbets status, niveau og placering af udøveren/holdet.

Diskvalifikation omfatter blandt andet følgende overtrædelser :

Ikke opfylder aldersbestemmelserne, starter i forkert klasse, med en andens startnummer eller på anden måde på urigtige premisser, bliver taget i positiv dopingprøve, træner i løjpen når dette er forbudt eller når løjpen er spærret for løberne, sætter sikkerheden overstyr for andre løbere eller ejendom i fare, eller faktisk forårsager skader, styrt eller ødelæggelse, ikke følger den mærkede løjpe, ikke har passeret alle kontrolposter, modtager assistance som er udtrykt i reglerne. Bytter ski som ikke er ødelagt, går en del af løjpen uden brug af ski, bryder bestemmelserne om brug af godkendt udstyr eller bryder bestemmelserne om stilart (går skøjt i klassisk løb).

Yderligere også ikke giver plads til bagfrakommende løber (bevidst) eller forbigå advarsel eller hindre og genere en anden løber, går mere end en etape i stafet.

Deltagerens navn vil blive strøget efter diskvalifikation og en liste vil blive udarbejdet.

Ved alvorligere forseelser (doping, bevidst hindring af konkurrenter udført af deltagere, trænere, ledere eller arrangører, eller andre grove forseelser), skal juryen informere Gskif og GIF.

Juryen skal informere løberen eller holdleder om diskvalifikationen og de procedurer som gælder.

PROTESTER

Ret til at levere protest har løber eller holdleder for hver deltagende klub.

Type protester

Mod udøvers tilladelse til at starte, eller brug af udøvers konkurrenceudstyr

Mod løjpen eller løjpeforhold

Mod en anden udøver, træner, ledere eller løbskommissær under konkurrencen

Mod tidtagningen eller resultatlisten

Mod juryafgørelser, eksklusiv diskvalifikationer i sprint og sprintstafet

Mod åbenbare fejl i eller brud på reglene som opdages efter konkurrencen

Procedure for indlevering af protester

De forskellige typer protester skal indleveres som følgende:

Protester på baggrund af løbsregler indleveres på løbkontoret eller det sted som holdledermødet har bestemt. Protest mod fejl i den officielle resultatlisten eller regelbrud efter at konkurrencen er over sendes løbssekretær. Protesten skal afleveres af holdleder.

REGLEMENT FOR LANGREND

Frist for indlevering af protest

Mod udøvers tilladelse til at starte

- før konkurrencen starter om mulig før trækning

Protest mod en deltagers tilladelse til at starte skal leveres skriftlig til løbssekretæren før konkurrencen starter, om mulig før trækningen.

Protest mod løjpen eller løjpeforholdene skal leveres skriftlig til løbssekretær senest 15 minutter efter at officiel træning er afsluttet.

Protest vedrørende opførsel til en anden deltager, træner, leder eller en akkrediteret skal overleveres skriftlig til løbssekretær senest 1 time efter at den uofficielle resultatliste er publiceret.

Juryen kan forkorte eller forlænge denne frist hvis det bekendtgøres på holdledermødeet.

Protester mod tidtagning eller udregning skal overleveres skriftlig til løbssekretær senest 30 minutter efter at den uofficielle resultatliste er publiceret.

Protest på en juryafgørelse skal overleveres skriftlig til løbssekretær senest 30 minutter efter at den uofficielle resultatliste er publiceret.

Protester mod fejl i den officielle resultatlisten eller regelbrud efter at konkurrencen er over, indsendes til løbssekretær senest 8 dage efter stævnet.

Afgørelsen publiceres umiddelbart efter at afgørelsen er meldt ud, med påført tid for offentliggørelsen.

Indlevering af protest

Protesten skal leveres skriftlig og arrangøren kan udarbejde en skabelon til protestskrivelse. Protestgrunden skal fremgå og beskrives. Bevis som indleveres, skal følge protesten. Vidner kan indkaldes og deres mening høres.

Protesten kan trækkes tilbage af den protesterende part før sagen er behandlet af juryen.

Myndighed

Følgende har myndighed til at indlevere protest:

- Det nationale skiforbundet
- holdleder

Organisering af behandling af protester til juryen

Juryen mødes for at gøre sig bekendt med protensen og få at tage stilling til protesten på baggrund af de materielle der er leveret. Mødet kan bekendtgøres med angivelse af sted og tid.

Holdleder skal altid have mulighed for at være til stede når løberen forklarer sig som slags støtteperson eller bisidder. Under behandlingen skal kun juryens medlemmer være til stede.

TD leder sagsbehandlingen. Referatet af sagsbehandling og beslutning skal opbevares og signeres af alle tilstedeværende jurymedlemmer som har stemt. Ved stemmelighed har TD dobbeltstemme.

Princippet om fri bevisvurdering skal håndheves. Reglene som lægges til grund for juryens afgørelse skal forstås og anvendes sådan at beslutningen fremstår som retfærdigt.

Juryens afgørelse skal så hurtigt muligt efter juryens beslutning publiceres på opslagstavler med tidspunkt for publicering påført, samt også for holdleder og sagens personer.