Medzinárodné pravidlá pre preteky veteránov

599 Medzinárodné pravidlá lyžiarskych pretekov

599.1 Základné pravidlo

Všetky problémy, ktoré nie sú v tejto časti (J) pokryté, nachádzajú sa v častiach A-H medzinárodných pravidiel lyžiarskych pretekov (IWO),časť 2

600 Definícia pretekov veteránov (MWC)

600.1 Podmienky účasti

600.1.1 Vek:
Pretekár a pretekárka v kategórii veteránov musí pred 31. decembrom predchádzajúceho roka dosiahnuť 30 rokov. Pas alebo licenčné povolenie môže WMA (medzinárodná asociácia veteránov) alebo OV kontrolovať.

600.1.2 Členstvo:
Pretekár a pretekárka v kategórii veteránov musia byť členmi národnej lyžiarskej asociácie. Pokiaľ má národný lyžiarsky zväz smernice na udelenie členstva tieto musia byť dodržané.

600.1.3 Štátna príslušnosť:
Pretekár pri MWC (svetovom pohári veteránov) štartuje za krajinu v ktorej má bydlisko, alebo ktorej krajiny pas vlastní.

600.1.4 Pretekár a pretekárka národného lyžiarskeho reprezentačného družstva nesmú pri Masters pretekoch /WMC/ štartovať.

601 Zaradenie do vekových kategorií v pretekoch jednotlivcov

601.1 Pretekári a pretekárky v kategórii veteránov sú zaradení do kategorií po 5 rokoch. Muži a ženy sú hodnotení osobitne.

601.1.1	kategória 01	30 - 34 rokov
601.1.2	kategória 02	35 - 39 rokov
601.1.3	kategória 03	40 - 44 rokov
601.1.4	kategória 04	45 - 49 rokov
601.1.5	kategória 05	50 - 54 rokov
601.1.6	kategória 06	55 - 59 rokov
601.1.7	kategória 07	60 - 64 rokov
601.1.8	kategória 08	65 - 69 rokov
601.1.9	kategória 09	70 - 74 rokov
601.1.10	kategória 10	75 - 79 rokov
601.1.11	kategória 11	80 - 84rokov
601.1.12	kategoria 12	85 a starší

602 Kategorie pri pretekoch štafiet

602.1 Muži :

602.1.1	kategória 01	30 - 34 rokov
601.1.2	kategória 02	35 - 39 rokov
601.1.3	kategória 03	40 - 44 rokov
601.1.4	kategória 04	45 - 49 rokov
601.1.5	kategória 05	50 - 54 rokov
601.1.6	kategória 06	55 - 59 rokov
601.1.7	kategória 07	60 - 64 rokov
601.1.8	kategória 08	65 - 69 rokov
601.1.9	kategória 09	70 - 74 rokov
601.1.10	kategória 10	75 rokov a starší

602.2 Ženy:

602.2.1	kategória 01	30 - 39 rokov
602.2.2	kategória 02	40 - 49 rokov
602.2.3	kategória 03	50 - 59 rokov
602.2.4	kategória 04	60 - 70 rokov
602.2.5	kategória 05	70 a staršie

603 Prihláška na preteky

603.1 Prihlášky na preteky pre svetový pohár veteránov (MWC), budú od organizátorov akceptované len od príslušného národného riaditeľa. Národný riaditeľ zodpovedá za registráciu v súlade s pravidlami.

603.2 Národní riaditelia a organizačné výbory musia používať softvérový program WMA podľa zvláštnych inštrukcií.

603.3 Prihlásený pretekár a pretekárka, ktorí nie sú schopní z dôvodu choroby alebo zranenia súťažiť v MWC dostanú oproti predloženému lekárskemu potvrdeniu, prostredníctvom národného riaditeľa počas WMC spätnú náhradu od 50 % svojho prihlasovacieho poplatku.

604 Príprava štartovnej listiny

Štartovná listina bude zostavená pre jednotlivé vekové kategórie .Štartové poradie pretekára (rady), sa určuje podľa poradia na predchádzajúcich WMC / spätne až do 3 rokov/ z ktorých sa vypočítajú FIS body. Výnimky musia byť od národných riaditeľov odôvodnené a musí to schváliť WMA.

605 Jury

605.1 Okrem jej povinnosti k vydávaniu rozhodnutí, jury poskytuje radu v prípade problémov organizovania Masters pretekov.

605.2 Jury sa skladá sa z piatich členov:

z technického delegáta (TD FIS), ktorý predsedá jury
riaditeľa pretekov
jeden z viceprezidentov WMA
zástupcu družstiev zúčastnených na pretekoch
riaditeľa pretekov WMC na nasledujúci rok

606 Trate pre preteky veteránov

606.1 Dĺžky tratí v individuálnych pretekoch

606.1.1 5 km= 1 kolo (C- trať)
606.1.2 10 km= 1 kolo
606.1.3 10 km= 2 x 5km (C - trať)
606.1.4 15 km= 1 kolo
606.1.5 15 km= 3 x 5km (C - trať)
606.1.6 30 km= 2 x 15km alebo 3 x10km
606.1.7 45 km= 3 x 15km

606.2 Dĺžky štafetových tratí

606.2.1 4 x 5 km ženy a muži
606.2.2 Prvé dva úseky trate sa bežia klasickou technikou a tretí a štvrtý úsek voľnou technikou.
606.2.3 Musia byť urobené dve separátne trate pre klasickú a pre voľnú techniku.

606.3 Špecifikácia

606.3.1 **Trate: Muži 30 - 74 roční (kategória 01- 09)**
ca. okolo 40 - 60% pod priemerom normy medzinárodných pravidiel lyžiarskych pretekov (ICR), Medzinárodnej lyžiarskej federácie (FIS).

606.3.2 **C - trate**: **Muži 75 - a starší (kategória 10 - 12)**
ca. okolo 75 % pod priemerom normy medzinárodných pravidiel lyžiarskych pretekov (ICR), Medzinárodnej lyžiarskej federácie (FIS).

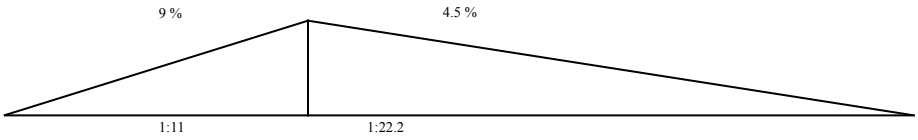
606.3.3 **Trate: Ženy 30 - 69 ročné (kategória 01 - 08)**
ca. Okolo 40 - 60 % pod priemerom normy medzinárodných pravidiel lyžiarskych pretekov (ICR), Medzinárodnej lyžiarskej federácie (FIS).

606.3.4 **C - trate: Ženy 70 a staršie (kategória 09 - 12)**
ca. Okolo 75% pod priemerom normy medzinárodných pravidiel lyžiarskych pretekov (ICR), Medzinárodnej lyžiarskej federácie (FIS).

606.3.5 Zmena je možná iba so súhlasom WMA

606.4 Lyžiarske bežecké trate musia byť vytýčené tak , aby vyskúšali technické, taktické a kondičné schopnosti ktoré sú od pretekára požadované. Stupeň obtiažnosti má súhlasiť s úrovňou pretekov. Trať má byť stanovená čo najprirodzenejšie, aby sa vylúčila monotónnosť. Majú tam byť stúpania ,zjazdy, točité a vlnité úseky. Kde je to možné,trať má viesť cez les. Rytmus nemajú narúšať časté ostré zmeny smeru,alebo strmé stúpania. Zjazdy musia byť vytýčené tak, aby ich všetci pretekári boli schopní zvládnuť. Zároveň musí byť trať zjazdná aj v prípade rýchleho snehu.

606.5 Lyžiarske bežecké trate sa v zásade skladajú z:
- jednej tretiny definovanej výstupmi so stúpaním do 4.5% (1:22.5) a 9% (1:11) s výškovým rozdielom nad 10 metrov a niekoľkými kratšími stúpaniami, väčšími ako 9% .



- jednej tretiny členitý , točitý terén s použitím všetkých terénnych čŕt s krátkymi stúpaniami a zjazdami s výškovým rozdielom od 1 - 5 metrov).
- jednej tretiny variabilných zjazdov , vyžadujúcich rôznu techniku zjazdu.

606.6 Pri WMA bežeckých pretekoch trať môže byť vytýčená iba v tom smere ako je pevne stanovená pre danú trať.

606.7 Priestor pre skúšanie lyží s testovacími stopami pre všetky zúčastnené družstvá musí byť k dispozícii v blízkosti štadióna. Má byť v blízkosti servisných buniek a s pripojením na trate pre rozjazdenie. Testovacie stopy majú byť pripravené rovnako kvalitne ako pretekové trate.

606.8 Pre funkcionárov a divákov ak je to možné, môžu byť prístupné iné trate pozdĺž tratí na ktorých sa preteká.

607 Traťové normy.

607.1 Výškový rozdiel (HD)

607.1.1 Výškový rozdiel (HD) medzi najnižším a najvyšším bodom trate nesmie prekročiť :

	trať	**IWO/ICR**	**trate**	**trať C**	**štafety**
607.1.2	5 km trať	100 m		25 m	25 m
607.1.3	10 km trať	150 m	100 -75 m	20 m	
607.1.4	15 km trať	200 m	130 -100 m	20 m	
607.1.5	30 km trať	200 m	130 -100 m		
607.1.6	45 km trať	200 m	130 -100 m		

607.1.7 Zmena je možná iba so súhlasom WMA.

607.2 **Výškový rozdiel neprerušovaného stúpania (MC)**

607.2.1 Výškový rozdiel jedného stúpania (PHD) nesmie prekročiť nasledujúce limity, môže byť ale prerušený členitým terénom ktorý nepresiahne dĺžku 200 metrov, alebo zjazdom ktorý nepresiahne 5 m PHD.

	trať	**IWO/ICR**	**trate**	**trať C**	**štafety**
607.2.2	5 km trať	50 m		13 m	25 m
607.2.3	10 km trať	80 m	50 - 40 m	20 m	
607.2.4	15 km trať	80 m	50 - 40 m	20 m	
607.2.5	30 km trať	80 m	50 - 40 m		
607.2.6	45 km trať	80 m	50 - 40 m		

607.2.7 Zmena je možná iba so súhlasom WMA.

607.3 Súčet výškových rozdielov stúpaní (TC)

607.3.1 Súčet výškových rozdielov všetkých stúpaní má byť v rozmedzí medzi:

	trať	**IWO/ICR**	**trate**	**trať C**	**štafety**
607.3.2	5 km trať	150-210 m		37- 52 m	75 – 52 m
607.3.3	10 km trať	250-400 m	140 - 240 m	62 - 105 m	
607.3.4	15 km trať	400-600 m	230 - 340 m	100 -150 m	
607.3.5	30 km trať	800-1200 m	460 - 690 m		
607.3.6	45 km trať	1250-1600 m	810 - 920 m		

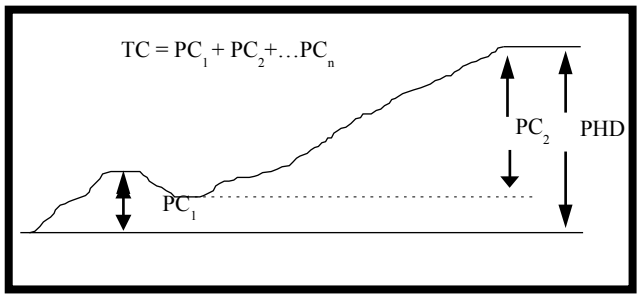
607.2.7 Zmena je možná iba so súhlasom WMA

607.4 Pri pretekoch MWC nesmie najvyšší bod pretekovej trate presahovať 1700 m nad morom.

608 Normy pre profily tratí.

608.1 Popis stúpaní

Stúpanie je definované ako čiastočný výškový rozdiel (PHD). PHD je výškový rozdiel medzi najnižším a najvyšším bodom stúpania. Podobná definícia stúpania je podľa čiastočných výškových rozdielov stúpaní (PC). PC predstavuje celkový súčet výškových rozdielov stúpania. Suma všetkých PC predstavuje celkový výškový súčet stúpaní trate TC.



A = Hlavné stúpania
PHD > 15 m, stúpanie 5 - 9 %, normálne prerušené krátkymi, rovnými úsekmi kratšími ako 100 m alebo zjazdom, ktorý nepresahuje 5 m PHD.
B = Krátke stúpania
5 m < PHD < 15 m, stúpanie 5 - 9%
C = Strmé stúpania
MM < 5 m, stúpanie > 9%

608.2 Tabuľka pre stúpania (Tabuľka prevýšení)

Dĺžka tratí	Hlavné stúpania (A) stúpanie 5 - 9 % priemer 3- 6 %			Krátke stúpania (B) stúpanie 5 -9 %		Strmé stúpania (C) ≥ 9 %; ≤ 5 m PHD
	Počet	**PHD (m)**	**km rozmiestnenie**	**Počet**	**PHD (m)**	**Počet**
5 km	2	15 – 25	1) 1 - 2 2) 3 - 4	3 - 5	5 - 15	2 - 4
10 km	1 - 2 2	25 – 40 30 – 50	1) 2 - 4 2) 6 - 8	5 - 7	5 - 15	3 - 5
15 km	1 - 2 3 - 5	25 – 40 15– 25	1) 2 - 7 2) 9 - 13	≥ 4	5 - 15	4 - 8

608.3 Pravidlá pre navrhovanie stúpaní

- hlavné stúpania (stúpania A) majú byť prerušované krátkymi rovinatými úsekmi a mať priemerné stúpanie 3-6 %
- krátke stúpania (stúpania B) môžu byť prerušované
- 35 - 55 % súčtu výškových rozdielov stúpaní TC je tvorených stúpaniami typu A
- 25 - 35 % súčtu výškových rozdielov stúpaní TC je tvorených stúpaniami typu B
- 15 - 35 % súčtu výškových rozdielov stúpaní TC je tvorených prudkými stúpaniami a členitým terénom (C) nezahrnutým v A a B stúpaniach

608.4 Popis členitého terénu

- kombinácia rovinatého terén a terénu so zákrutami s využitím všetkých znakov, s krátkymi kopcami a zjazdami
- sklon svahu > 5%
- môže byť zahrnuté stúpanie > 5 PHD so sklonom > 5-9%

609 Úprava tratí

609.1 Pre preteky v klasickej technike musia byť ťahané dve stopy v ideálnej línii. Kde ľavá stopa slúži na predbiehanie.

609.2 Pre preteky vo voľnej technike musí byť trať taká široká, aby predbiehanie bolo umožnené .

610 Značenie tratí

610.1 Podľa smerníc WMA tabule pre označenie tratí,smerové označenie, kilometrové značenie, zástavky a stužky majú byť označené nasledujúcimi farbami:

610.1.1	Muži (30 - 74 rokov)	10 km, 30 km, 45 km	modrá farba
610.1.2	Muži (75 rokov a starší)	5 km, 10 km, 15 km	zelená farba
610.1.3	Ženy (30 - 69 rokov)	10 km, 15 km, 30 km	modrá farba
610.1.4	Ženy (70 rokov a staršie)	10 km, 15 km, 30 km	zelená farba
610.1.5	Štafety 5 km	oranžová KT 1,2 úsek	žltá FT 3,4 úsek

611 Lyžiarsky štadión

611.1 Pre lyžiarsky štadión platí základný článok 320 ICR.

611.2 Doplnenie ustanovení WMA:

611.2.1 Pre všetky individuálne preteky, ako aj pre hromadný štart musí byť štartovný priestor aspoň 30 m široký.

611.2.2 Medzi štartovnou čiarou a miestom na značkovanie lyží musí byť k dispozícii dostatočne veľký priestor cca. pre 120-150 pretekárov.

611.3 Bunky na voskovanie, alebo prístrešky s elektrickými prípojkami, musia byť pre jednotlivé národné družstvá k dispozícii v blízkosti štadióna.

611.4 Pre odloženie teplého oblečenia (tiež lyžiarskeho materiálu) musia byť k dispozícii vykurované miestnosti (alebo stany) pre jednotlivé národné družstvá vhodné podľa počtu účastníkov.

612 Technika možnosti štartovania účastníkov

612.1 Preteky jednotlivcov

Všetky dĺžky tratí vo všetkých vekových kategóriách môže pretekár absolvovať v klasickej alebo vo voľnej technike. Štartujúci môže absolvovať iba tri individuálne preteky.

613 Preteky štafiet

613.1 Základné pravidlá

613.1.1 Člen štafety musí byť prihlásený aj v pretekoch jednotlivcov.

613.1.2 Každý štát môže prihlásiť pre veková kategóriu iba jednu regulárnu, X – štafetu alebo mix štafetu.

614 Prihlášky na preteky štafiet

614.1 Prihlášky štafiet a ich zloženie musia byť odovzdané s podpisom národného riaditeľa príslušného WMA a uvedením a akú štafetu sa jedná. (X, mix)

614.2 Na porade národných riaditeľov v 3-tí súťažný deň môže NR prihlásiť až 6 pretekárov do štafety. Čas na podanie prihlášok bude zverejnený. Dve hodiny pred štartom je povinný nahlásiť usporiadateľom, iba mená štyroch pretekárov a v poradí akom budú štartovať. Ďalšie zmeny nie sú povolené.

615 Zloženie štafiet

615.1.1 Regulárna štafeta: minimálne dvaja členovia v štafete musia štartovať v jednej vekovej kategórii a štafeta môže byť doplnená dvomi pretekármi zo starších kategórií.
Príklad: kategória M02 = M02, M02, M04, M07

615.1.2 X – štafeta: ak nemôže štát poskladať regulárnu štafetu môže ju poskladať nasledovne.
Príklad: kategória M02 = M02, M04, M05, M05

615.1.3 Mix štafeta: je poskladaná z pretekárov viacerých národností.
Príklad: 2 pretekári AUS + 2 DEN, alebo štyria pretekári rôznych národností.

615.1.4 Len pretekári štartujúci v regulárnych alebo X – štafetách môžu získať medailu.

616 Ďalšie preteky počas Masters WORLD pohára nie sú dovolené.

617 Štartovné čísla - preteteky jednotlivcov

617.1 Základné farby štartovných čísel:

617.1.1	Muži 30 - 74 rokov)	modrá
617.1.2	Muži 75 rokov a starší	zelená
617.1.3	Ženy 30 - 69 rokov	modrá
617.1.4	Ženy 70 rokov a staršie	zelená

618 Rozdelenie štartových čísel pre preteky jednotlivcov

618.1	Ženy 30-69 rokov	základná - modrá farba
618.1.1	30-34 rokov	100 - 199
618.1.2	35-39 rokov	200 - 299
618.1.3	40-44 rokov	300 - 399
618.1.4	45-49 rokov	400 - 499
618.1.5	50-54 rokov	500 - 599
618.1.6	55-59 rokov	600 - 699
618.1.7	60-64 rokov	700 - 799
618.1.8	65-69 rokov	800 – 899
618.2	Ženy 70 rokov a staršie	základná - zelená farba
618.2.3	70-74 rokov	900 - 949
618.2.4	75-79 rokov	950 - 969
618.2.5	80 rokov a staršie	970 - 990
618.3	Muži 30-74 rokov	základná - modrá farba
618.3.1	30-34 rokov	1000 - 1999
618.3.2	35-39 rokov	2000 - 2999
618.3.3	40-44 rokov	3000 - 3999
618.3.4	45-49 rokov	4000 - 4999
618.3.5	50-54 rokov	5000 - 5999
618.3.6	55-59 rokov	6000 - 6999
618.3.7	60-64 rokov	7000 - 7999
618.3.8	65-69 rokov	8000 - 8599
618.3.9	70-74 rokov	8600 - 8999
618.4	Muži 75 a starší	základná- zelená farba
618.4.1	75-79 rokov	9000 - 9599
618.4.2	80 - 84 rokov	9600 - 9699
618.4.3	85 a starší	9700 - 9799

619 Štartovné čísla pre štafety

619.1 Štartovné čísla musia byť v nasledujúcich farbách:

1. úsek štafety = červený
2. úsek štafety = zelený
3. úsek štafety = žltý
4. úsek štafety = modrý

620 Štartovné čísla pre vekové kategorie štafiet

620.1	Muži	kat. 01	30 - 34 rokov	100- 120
	Muži	kat. 02	35 - 39 rokov	200- 220
	Muži	kat. 03	40 - 44 rokov	300- 320
	Muži	kat. 04	45 - 49 rokov	400 - 420
	Muži	kat. 05	50 - 54 rokov	500 - 520
	Muži	kat. 06	55 - 59 rokov	600 - 620
	Muži	kat. 07	60 - 64 rokov	700 - 720
	Muži	kat. 08	65 - 69 rokov	800 - 820
	Muži	kat. 09	70 – 75 rokov	900 - 920
	Muži	kat. 10	75 rokov a starší	950 - 960
620.2	Ženy	kat. 01	30 - 39 rokov	10 - 19
	Ženy	kat. 02	40 - 49 rokov	20 - 29
	Ženy	kat. 03	50 - 59 rokov	30 - 39
	Ženy	kat. 04	60 - 69 rokov	40 - 49
	Ženy	kat. 05	70 rokov a staršie	50 - 59

621 Program pretekov

deň	dĺžka	technika	kategórie	
1. deň	oficiálny tréning			
2. deň	oficiálny tréning a otvárací ceremoniál			
3. deň	30 km	F	M	01 - 06
	15 km	F	M	07 - 09
	10 km	F	M	10 - 12
	15 km	F	Ž	01 - 08
	10 km	F	Ž	09 - 12
4. deň	30 km	K	M	01 - 06
	15 km	K	M	07 - 09
	10 km	K	M	10 - 12
	15 km	K	Ž	01 - 08
	10 km	K	Ž	09 - 12
5. deň	10 km	F	M	01 - 09
	5 km	F	M	10 - 12
	10 km	F	Ž	01 - 08
	5 km	F	Ž	09 - 12
	10 km	K	M	01 - 09
	5 km	K	M	10 - 12
	10 km	K	Ž	01 - 08
	5 km	K	Ž	09 - 12
6. deň	Voľný deň			
7. deň	Štafetové behy			
	4 x 5 km	2 K/ 2 F	M	01 - 10
	4 x 5 km	2 K/ 2 F	Ž	01 - 05
8. deň	45 km	F	M	01 - 06
	30 km	F	M	07 - 09
	15 km	F	M	10 - 12
	30 km	F	Ž	01 - 08
	15 km	F	Ž	09 - 12
9. deň	45 km	K	M	01 - 06
	30 km	K	M	07 - 09
	15 km	K	M	10 - 12
	30 km	K	Ž	01 - 08
	15 km	K	Ž	09 - 12

Záverečný ceremoniál / banket

621.1 Definitívny časový plán bude v programovej brožúre /rozpise/ vydaný a predtým schválený a odhlasovaný WMA .

621.2 Každoročná zmena techniky

V nepárnych rokoch, napr. 2005, sa bude v prvý deň súťažiť vo voľnej technike, na druhý deň v klasickej technike.
V párnych rokoch, napr. 2006, sa bude v prvý deň súťažiť v klasickej technike, na druhý deň vo volnej technike.
Rovnaká je zámena je aj v piaty a šiesty súťažný deň.

V tretí súťažný deň sa dopoludnia behá v klasickej technike a popoludní vo voľnej technike. **Zmeny podliehajú schváleniu jury.**

622 Časové limity

622.1 WMA, organizátori a jury si vyhradzujú právo, určiť pred jednotlivými pretekmi časové limity, ktoré zohľadňujú napr. počasie,dĺžku trate počty pretekárov, ktoré musia pretekári dodržať.

623 Diskvalifikácia účastníkov

OV je má povinnosť oboznámiť všetkých účastníkov pred začatím MWC s podmienkami a zásadami diskvalifikácie pretekára.

623.1 Nesprávny vekový údaj

Účastník, ktorý nahlási nesprávny vekový údaj, bude od dátumu tohoto objavenia, potrestaný zákazom štartu na dva roky. Ceny a medaily musí vrátiť naspäť.

623.2 Nesprávny bežecký štýl / korčuľovanie / pri klasických pretekoch:

Diskvalifikácia v daných pretekoch

623.3 Porušenie medzinárodných pravidiel pretekov (ICR):
napr. pri výmene lyží, skrátení / opustení trate, cudzej pomoci pri voskovaní počas pretekov, bude pretekár diskvalifikovaný pre ten aktuálny pretek.

623.4 Pre pretekárov vo voľnej technike je úplne zakázané korčuľovať v klasickej stope. Účastník, ktorý tento zákaz poruší, nedostane možnosť štartu pre nasledujúce preteky.

623.5 Každý pretekár je povinný, pri výzve za ním bežiacim pretekárom stopu ihneď uvolniť. Pri opakovanom neuposlúchnutí môže prísť k diskvalifikácii pretekára.

624 Dopingové kontroly

WMA umožnia robiť dopingové kontroly pri MWC. Tresty udeľuje F.I.S.

625 Potreba špecifikácie - časového rozvrhu

WMA špecifikácie a odporučenia pre prípravu a realizáciu MWC sú pre organizátorov záväzné.