

# 越野輪滑規則

109.12.09 第 12 屆第 6 次越野滑雪委員會會議審議

## 396 越野輪滑比賽

### 396.1 越野輪滑 ICR 定義

396.1.1 本 ICR 本節中涵蓋的內容旨在著重於越野輪滑運動的獨特性，這與 ICR 前幾節概述的越野滑雪使用方法有很大不同。

396.1.2 本 ICR 在定義直排輪滑和越野滑雪之間存在的直接相似性的區域中提出特定要求。

396.1.3 此外，本 ICR 的“越野”部分適用的基本原則和格式程序也必須適用於越野輪滑運動。

### 396.2 比賽裝備

396.2.1 越野輪滑運動器材必須有合格生產廠商，民眾可以購買得到的產品。

396.2.2 組織委員會(OC)與技術委員(TD)合作，必須在每次比賽開始之前和結束之後進行設備檢查機制。滾輪的尺寸，滾輪材料的硬度和框架長度必須確實檢查，且符合 FIS 規範標準。

396.2.3 滾輪的直徑不得超過 10 公分。

396.2.4 越野輪滑的車軸之間的距離不得小於 5.3 公分。

396.2.5 在傳統經典技術比賽中，每個越野輪滑都必須具有棘輪機構。

396.2.6 必須使用越野滑雪杖。

396.2.7 在正式訓練和比賽期間，必須戴好安全帽（例如 DIN EN 1078 或同等標準）和護目鏡。

396.2.8 鞋子或滑雪靴必須通過越野滑雪固定裝置固定在輪式滑雪板上。越野輪滑的更換必須按照 343.12.2 規範進行。

396.2.9 允許運動員在比賽期間更換或維修設備，但必須在沒有任何外部幫助的情況下進行操作，除非將替換設備或工具交給了他們。必須根據 343.12 條進行越野輪滑更換。

396.2.10 為了給比賽提供安全和公平的條件，競賽組織委員會

和陪審團可以通過在比賽邀請中提前宣布，限制輪滑裝備（滑輪）的技術參數。

396.2.11 競賽組織者可以為參加比賽的所有運動員提供官方 Roller Ski 設備供應商的 Roller Skis。這一定是在正式邀請中明確宣布。比賽輪滑必須在陪審團成員監督下的抽籤，分發給參賽的運動員。

396.2.12 如果競賽組織者提供了官方的越野輪滑裝備，則根據 343.12.2 – 343.12.3 條的規定，比賽期間只能在正式的服務點（據點）進行越野輪滑交換。

396.2.13 如果競賽組織者提供了官方的越野輪滑裝備，則在正式訓練期間或比賽之前，只能在競賽組織者提供的官方服務點進行器材維護修理。

### 396.3 比賽形式和程序

396.3.1 可以使用以下比賽形式和推薦距離，並且可以經典或免費的方式進行比賽：

比賽形式	比賽距離（公里）	路線長度（公里）
個人開始	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
大規模開始	10、15、30、50	2.5、3.3、3.75、5、7.5、8.3、10、12.5、16.7
熱門越野輪滑	沒有限制	沒有限制
輪滑射擊競賽 (Skiathlon)	5 + 5、7.5 + 7.5、10 + 10、15 + 15	2.5、3.3、3.75、5、7.5、10
追求（第二部分）	5、7.5、10、15	2.5、3.3、3.75、5、7.5、10
中繼 由 3 或 4 名運動員組成的團隊可以混合	2.5、3.3、5、7.5、10	2.5、3.3、3.75、5
個人衝刺	0.2 – 1.8	0.2 – 1.8
團隊衝刺	2x (3-6) x 0.8 – 1.8	0.4 – 1.8

該表對於組織多圈比賽是有效的，但是當選擇一圈多圈的短道時，必須考慮總距離，起跑形式和賽道寬度。

實際比賽距離可能相差±5%。間隔起跑，大眾起跑和 Skiathlon

比賽可以在起伏或上坡課程中組織。可以在平坦或上坡路線(最大允許平均傾角為 10%) 上組織長達 200m 的單個 Sprint。

### 396.4 球場和體育場

396.4.1 越野輪滑比賽在瀝青柏油路或硬性道路類似人造或天然跑到上舉行。

396.4.2 課程的設計必須優先考慮參賽者的安全。

396.4.2.1 越野輪滑比賽課程沒有任何認證要求，但應包括一些要求嚴格的上坡路段。

396.4.3 必須清除軌道旁或軌道旁的障礙物或危險物品，或者如果可能的話，必須清楚地標記它們，並在必要時用襯墊保護。

396.4.4 建議的課程規範：

比賽形式	古典技術	自由式技術
間隔開始		
課程		
寬度 (最小)	3 公尺	4 公尺
開始		
走廊數	1	1
終點		
總寬度 (最小)	3.6 公尺	6 公尺
走廊數	3	3
採購		
課程		
寬度 (最小)	4 公尺	5 公尺
開始		
組織/準備	2-4 條走廊	2-4 條走廊
起始區域的寬度 (最小)	4 公尺	6 公尺

滑到的數量、寬度和長度將由評審委員會根據比賽形式和終點區域佈局 (上坡或平坦) 確定。

396.4.5 下坡路段不得有任何急劇彎曲。如果認為下坡或彎道很

危險，OC 和陪審團必須採取降速措施（地毯，人造草皮等）。

396.4.6 比賽場地附近必須有安全，可靠的熱身和涼爽區域。

### 396.5 一般課程準備

396.5.1 比賽課程應至少在比賽前一天準備好進行檢查，並由運動員進行正式培訓。

396.5.2 比賽路線必須禁止正常通行。在比賽或官方訓練期間，只允許參賽者，超人，安全衛士，陪審團和保安/電視車輛進入比賽路線。

### 396.6 參賽者的要求

396.6.1 比賽季節定義為 7 月 1 日至 6 月 30 日（年齡類別請參見 CC ICR 第 341 條）。

396.6.2 分組方法

396.6.2.1 有關特殊的播種規則，請參閱 FIS 越野輪滑世界杯/世界錦標賽的規則。

### 396.7 給水站

396.7.1 在 8 公里或以下的比賽中，僅在終點線之後的終點區內允許進行給水站服務。

396.7.2 對於超過 8 公里但少於 30 公里的比賽，賽道上不得提供給水站服務，而無需使用機動車輛。對於超過 30 公里的比賽，評審委員會可酌情允許摩托車。

396.7.3 對於上坡比賽，陪審團決定給水站的位置。

### 396.8 開始和結束要求

396.8.1 必須在表面上清楚標記起跑線，終點線，走廊和交換區。

396.8.1.1 在“大眾起跑”免費技術比賽中，必須在比賽開始後清楚地標記一個沒有滑冰的區域。

396.8.1.2 對於在大眾起跑和追逐比賽中的世界杯，需要在錄影的開始和結束處用最少的兩台數位錄影機對不溜冰區進行錄影。

396.8.1.3 開始和結束區域之間必須有無線電或電話接觸。

### 396.8.2 完成區域要求

396.8.2.1 對於越野輪滑世界杯和越野輪滑世界杯冠軍，必須使用至少 2 台數位錄影機對終點走廊進行錄影。陪審室必須

有播放單元。

396.8.2.2 終點線之後的終點區（滾動區）必須至少長 70 m，以進行短距離比賽（取決於傾斜度）。對於長距離比賽，評審團將決定長度。精加工控制線必須位於鋪展區之後。參賽者必須越過控制線才可以脫下越野輪滑。

396.8.2.3 起跑區，終點區和交換區必須牢固，並與觀眾和未經授權的人員完全隔離。

## 396.9 交換區

396.9.1 小組接力或小組衝刺的交換區應至少為 10 m 寬，長度為 15 m。

396.9.2 交換區必須在交換區的開頭清楚地標有一條線。當到達的競爭對手的前輪到達交換區時，相應的隊友將被允許離開交換區。競爭者之間不需要物理接觸。

在小組接力或小組 Sprint 交換期間提早開始必須通過計時處罰（實際時間增加+最少 15 秒處罰）。

## 396.10 經典滾軸滑雪技術

396.10.1 在古典技術比賽中，最大桿長不得超過參賽者身高的 83%加 2 公分。測量和四捨五入必須符合 ICR 第 343.8.1 條的規定。