

REGLEMENT SKI

Participation :

- Course individuelle
- Inscription CHF 30.- comprenant le festival de pâtes au restaurant de Vountez. (5.- de majoration pour les inscriptions sur place.)
- La remise des prix aura lieu vers 21h45 au restaurant de Vounetz. Les trois premiers de catégorie sont priés d'être présents à ce moment.

Assurance

- Chaque coureur doit être assuré personnellement contre les accidents et autres dommages.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de non respect de cette clause. Il est recommandé de conclure une assurance assistance par hélicoptère.

Course en général

- Chaque concurrent porte son dossard (numéro+sponsor), d'une manière bien visible sur la cuisse droite.
- Toute forme d'assistance est interdite (y compris « lièvre »).
- L'échange d'un ski ou des bâtons cassés est autorisé en tout temps.
- Tout concurrent est tenu de suivre au plus prêt le balisage sous peine de disqualification.
- Tout concurrent est tenu de venir au secours d'une personne en danger ou accident.
- Tout coureur vu en train de jeter ses déchets sur le parcours ou qui manquera de respect à l'environnement dans lequel il évolue, se verra pénalisé voir disqualifié selon la gravité de ses agissements
- L'organisation se réserve la possibilité de modifier en tout temps le programme ou le parcours de la course.
- Toute réclamation devra être déposée par écrit sur une feuille officielle (à demander au président du jury) au plus tard 30 min. après l'arrivée du ou des concurrents auprès du jury de course. Une somme de CHF 50.- sera perçue. Elle sera restituée si le recours est admis.

MATERIEL

- Une paire de skis d'au moins 60 mm de largeur au patin avec des carres métalliques sur au moins 90% de leur longueur. La taille des skis est au minimum de :

- o Hommes et Junior : 160 cm
- o Dames, et Cadets garçons : 150 cm

Poids minimum pour ski+fixation :

- o Hommes (Senior-Junior) : 750 grammes, soit 1500 grammes la paire
- o Dames + Cadets garçons : 700 grammes, soit 1400 grammes la paire
- Les skis sont équipés de fixations permettant le mouvement des talons à la montée et blocables à la descente. La fixation doit posséder un système de déclenchement latéral et frontal. Avec ou sans lanières de sécurité.
- Une paire de bâtons de type alpin ou de fond ayant un diamètre maximum de 25 mm, avec des rondelles non-métalliques.
- Une paire de chaussures montantes (au-dessus de la malléole). Les semelles doivent couvrir au moins 75% de la surface de la chaussure, la profondeur minimale des crans est de 4 mm. Ils doivent être au minimum au nombre de 8 au talon et de 15 à l'avant et avoir une surface minimale de 1 cm². La chaussure doit avoir au moins 2 boucles avec un système indépendant de fermeture. Les chaussures doivent permettre l'utilisation de crampons métalliques. L'utilisation du ruban adhésif ou équivalent pour fermer la chaussure est interdite. Les chaussures ne doivent pas avoir subi de modifications par rapport au modèle de référence du fabricant.
- Poids minimum pour les chaussures (coque et chausson sec)
 - o Hommes et Juniors : 500 grammes, soit 1000 grammes la paire
 - o Dames + Cadets garçons : 450 grammes, soit 900 grammes la paire
- Une paire de peaux antidérapantes. L'utilisation de ruban adhésif ou équivalent favorisant la glisse est interdite (voire également équipement par équipe). Les peaux doivent pouvoir s'enlever et se remettre librement.
- Une paire de gants couvrant toute la main jusqu'au poignet et portée durant toute la course ainsi qu'un bonnet ou bandeau.
- Une lampe frontale en état de marche.

CATEGORIES

Désignation Age Né(e) en Classement

Cadettes 15 – 20ans 1995 – 1990 Individuel
 Dames Dès 21ans 1989 et avant Equipe
 Juniors 15 – 20ans 1995 – 1990 Equipe
 Espoirs 21 – 23ans 1989 – 1987 Equipe
 Seniors 24 – 39ans 1986 – 1971 Equipe
 Seniors I 40 – 49 ans 1970 – 1961 Equipe

Seniors II + 50 ans 1960 et avant

Raquettes dames

Raquettes hommes

Règlement inspiré du règlement officiel de coupe suisse du club alpin.

Consultez également www.sac-cas.ch

REGLEMENT RAQUETTES

RÈGLES DE COURSE

- Le parcours doit être réalisé raquettes aux pieds, sauf dans les zones neutralisées en raison de conditions particulières. Toutefois lorsqu'un concurrent perd une raquette au cours du sprint dans les 50 derniers mètres de l'épreuve, son franchissement de la ligne d'arrivée est validé pour peu qu'il ait au moins une raquette au pied.
- Les concurrents doivent emprunter exclusivement le parcours balisé, matérialisé par des jalonnets.

➤ **Sanctions**

La disqualification pure et simple d'un concurrent est prononcée par le jury dans les cas suivants:

- matériel non conforme;
- départ anticipé;
- évolution sans raquettes au pied hors des zones neutralisées par le directeur d'épreuve;
- évolution hors du couloir matérialisé par des jalonnets;
- conduite antisportive et obstruction;
- franchissement de la ligne d'arrivée sans raquettes au pied.

CATEGORIES

- Selon les organisateurs, une catégorie homme et une catégorie femme, tout âge confondu.

MATERIEL

- Les raquettes peuvent être des modèles commercialisés ou des prototypes. Ceux-ci peuvent être modifiés sous réserve de conserver les dimensions minimales suivantes:
longueur 55 cm / largeur 20 cm
- La raquette doit posséder au moins 4 pointes de cramponnage.
- Les modèles de chaussures sont au libre choix du participant.
- Lors des courses nocturnes, le port de la lampe frontale est obligatoire.
- L'usage des bâtons est accepté durant les manches de coupe suisse en nocturne. Lors du championnat suisse, se courant de jour, les bâtons sont interdits, le règlement de la coupe d'Europe faisant foi.

CLASSEMENT

- La participation à la Coupe suisse de raquette à neige est ouverte à toutes les personnes domiciliées en Suisse. Pour la saison 2010/2011 une licence décernée par la Fédération Suisse de raquettes à neige pourrait être demandée.
- L'ordre d'arrivée détermine le classement général et le classement par catégorie.
- En fonction du classement dans la catégorie un nombre de points est attribué selon le tableau ci-dessous.
-

Pour figurer au palmarès, il faut marquer des points au minimum dans 4 compétitions agendées durant la saison. En cas d'égalité de points, la priorité sera donnée à l'athlète ayant disputé le plus d'épreuves.

Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points
1	200	21	94	41	60	61	40	81	20
2	170	22	92	42	59	62	39	82	19
3	150	23	90	43	58	63	38	83	18
4	140	24	88	44	57	64	37	84	17
5	132	25	86	45	56	65	36	85	16
6	126	26	84	46	55	66	35	86	15
7	122	27	82	47	54	67	34	87	14
8	102	28	80	48	53	68	33	88	13
9	118	29	78	49	52	69	32	89	12
10	116	30	76	50	51	70	31	90	11
11	114	31	74	51	50	71	30	91	10
12	112	32	72	52	49	72	29	92	9
13	110	33	70	53	48	73	28	93	8
14	108	34	68	54	47	74	27	94	7
15	106	35	66	55	46	75	26	95	6
16	104	36	65	56	45	76	25	96	5
17	102	37	64	57	44	77	24	97	4
18	100	38	63	58	43	78	23	98	3
19	98	39	62	59	42	79	22	99	2
20	96	40	61	60	41	80	21	100	1

RECLAMATIONS

- Toute réclamation doit être déposée par écrit auprès du jury d'épreuve dans les 30 minutes après l'arrivée des concurrents. Le jury rendra une décision dans un délai d'une heure. Toute réclamation doit être accompagnée d'une caution de CHF 50.--, qui sera retournée lors de l'approbation du recours.

ASSURANCE

- La Fédération suisse de raquette à neige décline toute responsabilité en cas d'accident ou tout autre problème médical pouvant survenir. Chaque participant doit être assuré personnellement.

RESPECT DE LA NATURE

- Tout coureur vu en train de jeter ses déchets sur le parcours ou qui manquera de respect à l'environnement dans lequel il évolue, se verra pénalisé voir disqualifié selon la gravité de ses agissements.

DOPAGE

- Le dopage ainsi que le refus à se laisser contrôler sont strictement interdits, conformément aux réglementations nationales en vigueur.

DISPOSITIONS FINALES

- Le comité de SwissSnowshoe est compétent pour trancher tous les cas non prévus et pour apporter toute modification au présent règlement. Le présent règlement entre en vigueur le 1er décembre.