

Regler Klassisk teknik

Stavlängd Stavens maxlängd får ej överstiga den tävlandes längd och skall nå minst till höften (mätningen utförs genom att staven placeras på skidan framför bindningen). Vid tävlingar i klassisk teknik får stavlängden vara högst 83 % av skidåkarens kroppslängd. Vid tävlingar i fri teknik får stavlängden vara högst 100 % av skidåkarens kroppslängd. Kroppslängden mäts med skidpjäxorna påtagna när åkaren står på en plan yta, från den plana ytan till toppen av den tävlandes otäckta huvud. Stavlängden mäts från stavspetsen upp till handremmens överkant där den fäster i handtaget.

10.2 Definition av teknikerna

310.2.1 Klassisk teknik (K)

310.2.2.1 Klassisk teknik inbegriper diagonallåkningstekniker, stakningstekniker, saxningstekniker utan glidsteg, utförsåkningstekniker och riktningsändringstekniker.

310.2.2.2 Riktningsändring tillåter steg med innerskidan och frånskjut med ytterskidan med avsikt att ändra åkriktning. De sektioner av banan som tillåter riktningsförändringar måste markeras tydligt. 310.2.2.3 När det finns ett eller flera preparerade spår är upprepade spårbyten eller att kliva i och ur spåret inte tillåtet.

310.2.2.4 Enkel- eller dubbelskejt är inte tillåtet

Brott mot den klassiska tekniken

Vid intervallstartstävlingar och sprintkval kommer alla brott mot den klassiska tekniken (exempelvis skridskoskär för att upprätthålla eller öka hastigheten) anses påverkande av tävlingens resultat (genom att tjäna tid och därigenom bättre FISpunkter på grund av skridskoskären) och juryn kommer att ge en lämplig sanktion oavsett tidsdifferensen mellan åkarna, även om det skulle handla om tävlingens vinnare