



# Helstu reglur um brautir og brautarlög

Grein			FIS	ENL	U16	U14
SL	KVK	FH	120-200 m	80-120 m	100-160 m	
	KVK KK	BE	Fjöldi beygja			
Svig	KK	FH	140-220 m	80-140 m	100-160 m	
			30%-35% (+/-3)		32%-38%(+/-3)	

Útskýringar á töflu:

FH = Fallhæð

BE = Fjöldi beygja

BE er hlutfall af FH í hliðafjölda. *Dæmi: FIS mót er með 200 metra fallhæð og hliðafjöldi er 30% - 35% (+ / - 3) af því. Því á hliðafjölda að vera frá 57 – 73 hlið.*

U16 = 14-15 ára flokkur

U14 = 12-13 ára flokkur

## Hliðin

- Breidd hliða skal að vera lágmark 4 m og hámark 6 m.
- Fjarlægð frá beygjustöng að beygjustöng má að lágmarki vera 6 m og að hámarki 13 m.
  - Undantekningar í U16 og U14: Lágmark 7 m og hámark 11 m.
- Fjarlægð milli hliða í nál eða vertikali má að lágmarki vera 0,75 m og að hámarki 1 m. Hliðin í nál eða vertikali skulu vera lögð í beinni línu í falllínu.
- Fjarlægð í stýriporti skal að lágmarki vera 12 m og að hámarki vera 18 m frá beygju stöng að beygju stöng.
  - Undantekningar í U16 og U14: Lágmark 12 m og hámark 15 m.



# Helstu reglur um brautir og brautarlögn

## Fjöldi nála og vertikala.

Svig skal innihalda lárétt (opin) og lóðrétt (lokuð) hlið.

Tegund Hliða	FIS	ENL	U16	U14
Nálar	Lágmark 3		Lágmark 3 og hámark 6	Lágmark 2 og hámark 4
Vertikalar	Lágmark 1 og hámark 3			Lágmark 1 og hámark 2
Stýriport	Lágmark 1 og hámark 3			

## Yngri flokkar

- U14: Mest tveir vertikalar með þrem hliðum.
- U16: Mest þrjár vertikalar með þrem til fjórum hliðum.
- Brautarlögn í yngri flokkum ætti að vera einföld og ekki með flóknum tæknilegum atriðum.
- Stangir þurfa að vera léttar (25 - 28,9 mm).

Grein			FIS	ENL	U16	U14
GS	KVK	FH	250-400 m	200-250 m	200-350 m	
	KVK KK	BE	Fjöldi beygja			
			11% - 15%	13% - 15%	13% - 18%	
Stórsvig	KK	FH	250-450 m	200-250 m	200-350 m	

Útskýringar á töflu:

FH = Fallhæð

BE = Fjöldi beygja

BE er hlutfall af FH í hliðafjölda. Dæmi: FIS mót er með 350 metra fallhæð og portafjöldi er 11% - 15% af því. Því má portafjöldi vera frá 38 til 53 port.

U16 = 14-15 ára flokkur

U14 = 12-13 ára flokkur

## Hliðin

- Breidd hliða skal vera lágmark 4 m og hámark 8 m. Lengd frá beygju stöng að beygju stöng skal ekki vera minna en 10 m.
  - Undantekning í U16 og U14: Fjarlægð frá beygju stöng að beygju stöng skal að hámarki vera 27 m.



# Helstu reglur um brautir og brautarlögn

## Einföld braut – Single Pole Slalom

Allar reglur ICR eru í gildi, nema í eftirfarandi:

Einfaldar brautir í svigi og stórsvigi eru leyfðar í öllum alþjóðlegum FIS mótum. Einföld braut hefur engar ytri stangir nema í fyrsta og síðasta hliði, stýriportum, vertikölum og nálum.

Þegar það eru engar ytri stangir, þá þurfa báðar fætur og topparnir á skíðunum að hafa farið í gegnum hliðið sömu megin, elta eðlilega keppnislínu brautarinnar og fara yfir ímyndaða línu frá beygju stöng að beygju stöng. Ef keppandi missir skíði, án þess að gera ógilt t.d. með því að krækja, þá þarf toppur á skíðinu sem keppandi er enn á og báðar fætur að uppfylla bæði skilyrðin. Ef keppandi hefur ekki farið rétt yfir ímyndaða línu frá beygju stöng að beygju stöng og eltir ekki eðlilega keppnislínu, þá þarf hann að ganga upp og fara í kringum hliðið sem hann missti af. Þegar það eru ytri stangir (fyrsta og síðasta hlið, stýriport, vertikalar og nálar) þá gildir grein 661.4.1.

Grein 661.4.1

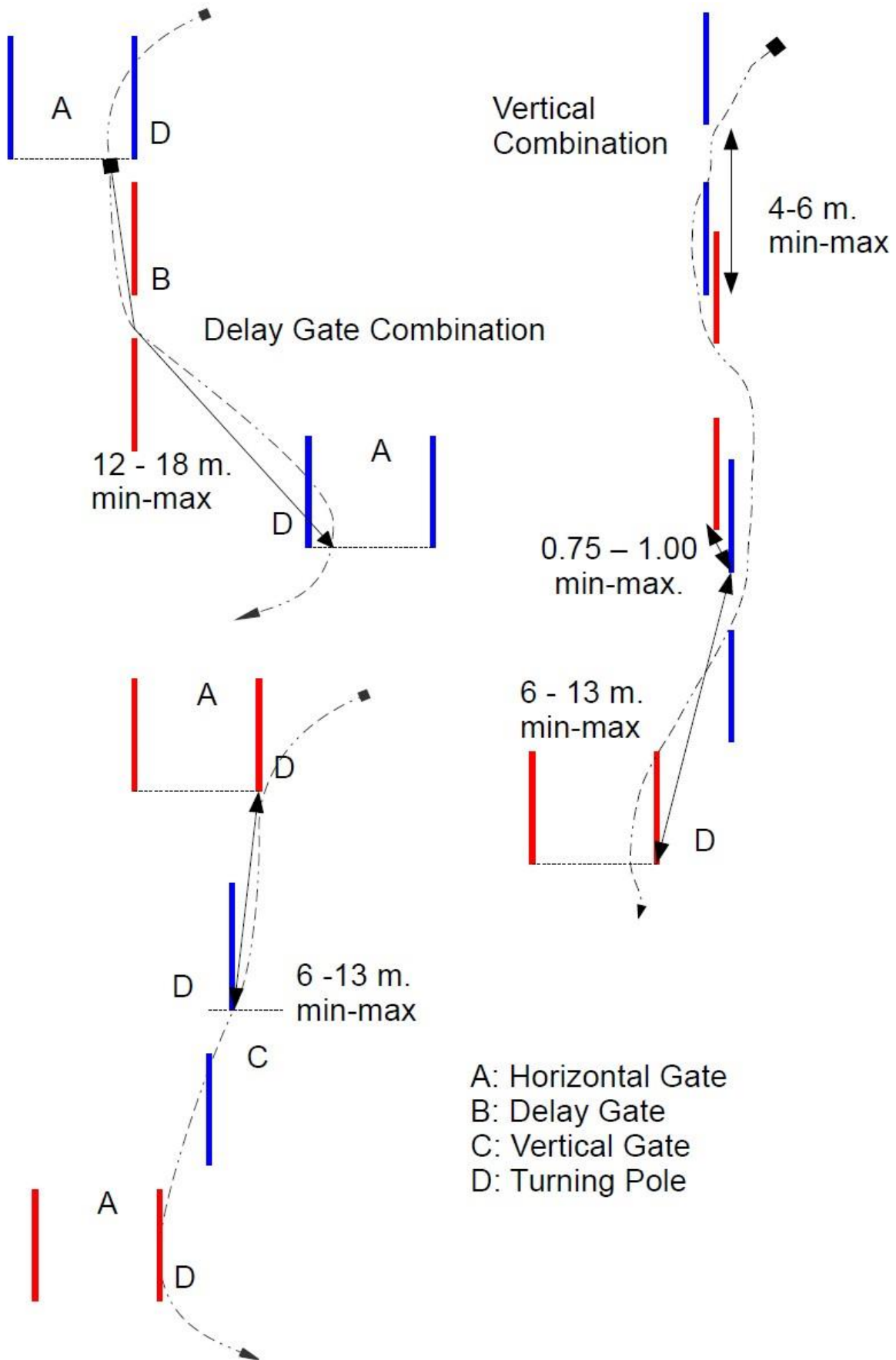
Hlið hefur verið rétt tekið þegar báðir toppar á skíðum keppanda og báðar fætur hafa farið í gegnum hliðar línuna. Ef keppandi glatar skíði, án þess að gera ógilt, t.d. með því að krækja, þá þarf toppur á skíðinu sem keppandi er enn á og báðar fætur að hafa farið í gegnum hliðarlínu. Þessi regla gildir einnig ef keppandi þarf að ganga upp að hliði (grein 614.2.3).

Grein 614.2.3

Ef keppandi stöðvar alveg (t.d. eftir fall), þá má hann ekki halda áfram. Þetta bann gildir í öllum greinum með fastri rástíðni (brun, risasvig, stórsvig). Eina undantekningin er í svigi (grein 661.4.1), svo lengi sem keppandi:

- truflar ekki ferð næsta keppanda eða að næsti keppandi hefur ekki tekið frammúr honum.

# Helstu reglur um brautir og brautarlög



# Helstu reglur um brautir og brautarlögn

