

# REGLEMENT KURSSETZUNG U16/U14/U12

## Saison 2023/24 nach WR 24 Swiss Ski

Dieses Dokument summiert alle wichtigen Punkte aus dem WR von Swiss Ski und soll helfen ...

- ... dem Organisator/Veranstalter auf die wichtigsten Punkte aufmerksam zu machen
- ... dem Trainer im Training bereits alle Elemente korrekt mit den Athleten zu trainieren.

Des Weiteren wird die SST TK Alpin jährlich dieses Dokument revidieren und aktualisieren. Im Zweifelsfall wird jedoch immer das WR von Swiss Ski angewendet.

## 1. SLALOM

### Technische Daten

- Höhenunterschied: maximal **160 m**
- Die Breite der Tore muss im Minimum **4 m** und im Maximum **6 m** betragen.
- Die Entfernung zwischen Toren innerhalb Kombinationen (Haarnadel oder Vertikale) darf nicht weniger als **0,75 m** und nicht mehr als **1 m** betragen.
- Die Tore in Haarnadeln und Vertikalen müssen in einer Linie gesteckt sein.
- Verzögerungstore müssen eine minimale Distanz von **12 m** und eine maximale Distanz von **15 m** von Drehstange zu Drehstange aufweisen.
- Die Entfernung von Drehstange zu Drehstange: **9+/- 2 m**

### Einstangen Slalom

- Einstangen Slalom ist bei allen Swiss-Ski Bewerben erlaubt.
- Einstangen Slalom hat keine Aussenstange, mit Ausnahme des ersten und letzten Tores, eines verzögerten Tores und von Kombinationen (Haarnadel, Vertikale).
- Wo keine Aussenstange vorhanden ist, muss die Drehstange mit beiden Füßen und den Skispitzen von der gleichen Seite umfahren worden sein, der natürlichen Rennlinie des Slaloms folgend. Die natürliche Rennlinie ist eine imaginäre Linie von Drehstange zu Drehstange, welche die Wettkämpfer überqueren müssen. Hat ein Wettkämpfer diese Linie nicht korrekt passiert, muss er zurücksteigen und um die verpasste Drehstange herum. Falls eine Aussenstange vorhanden ist (erstes und letztes Tor, verzögertes Tor und Kombinationen [Haarnadel und Vertikale]), ist Art. 661.4.1 gültig.

### Strecken

Die Strecke weist normalerweise eine Breite von ca. 30 m auf, sofern zwei Läufe auf demselben Hang gesetzt werden. (Art. 802.2)



## Kurssetzung

- Ein Slalom muss horizontale (offene) und vertikale (blinde) Tore:  
**2 - 4 Haarnadeln** und  
 höchstens **2 Vertikale** bestehend aus 3 bis maximal 4 Toren.
- Ein Slalom muss ein **Minimum** von **1** und ein **Maximum** von **3** verzögernden Schwüngen (**Banane**) enthalten.
- Es ist angebracht, dass vor schwierigen Torkombinationen zumindest ein Tor gesetzt wird, welches dem Wettkämpfer die Möglichkeit bietet, die folgende schwierige Torkombination kontrolliert zu durchfahren.
- Es ist nicht vorteilhaft, schwierige Torkombinationen entweder gleich anfangs oder am Schluss der Strecke zu setzen. Die letzten Tore sollten sogar schnell sein, so dass der Wettkämpfer in flotter Fahrt das Ziel passiert.

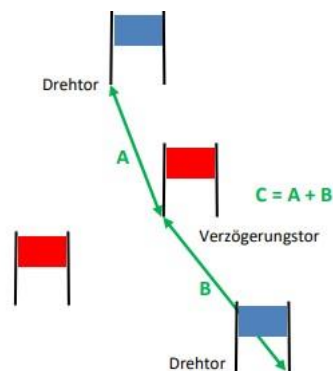
## Slalom in einem Lauf

- Bei der Durchführung in einem Lauf muss die Siegerzeit mindestens **35** Sekunden betragen.
- Toleranz: Maximal 3 Damen und/oder 3 Herren dürfen die Minimalzeit unterschreiten

## 2. RIESENSLALOM

### Technische Daten

- Höhenunterschiede : maximal **300 m**
- Ein Riesenslalom wird mit Single Gate gesetzt, ohne Aussen Tore (ausgenommen erstes und letztes Tor sowie Zweites Tor bei Bananen)
- Torflaggen sind so anzubringen, dass der untere Rand ca. 1 m vom Schnee entfernt ist und sollten so befestigt sein, dass sie an einer Stange abgerissen werden können
- **Abstand** zwischen **offenen Tore 22 +/- 5 m**.
- Maximal 3 Tore à max. 34 m. Bei verzögerten Toren liegt der Torabstand zwischen 10-17 Metern von Stange zu Stange.



	REG	JOREG, JOANI
A	mind. 10	10 - 17 m
B	mind. 10	10 - 17 m
C		20 - 34 m

## Kurssetzung

- Der 1. Lauf wird nach Möglichkeiten am Vortag gesteckt.
- Beide Läufe können auf der gleichen Strecke durchgeführt werden.
- Der 2. Lauf ist neu auszustecken.
- Das Prinzip der zweckmässigsten Ausnützung des Geländes ist beim Setzen eines Riesenslalom unter Umständen noch wichtiger als beim Slalom, denn die Auswertung von Torkombinationen ist weniger wirksam, sowohl wegen der vorgeschriebenen Distanzen zwischen den Toren als auch wegen ihrer Breite selbst. Es ist deshalb zu empfehlen, das Gelände so vorteilhaft wie möglich auszunützen und geschickt Einzeltore einzuschalten.
- Figuren können in beschränkter Anzahl auf uninteressantem Gelände gesteckt werden.

## Riesenslalom in einem Lauf

- Bei der Durchführung in einem Lauf muss die Siegerzeit mindestens **45** Sekunden betragen.
- Toleranz: Maximal 3 Damen und/oder 3 Herren dürfen die Minimalzeit unterschreiten.

## 3. SUPER G

### Technische Daten

- Höhenunterschied: minimal 250 m, maximal 400 m
- Es sind abwechselnd rote und blaue Torflaggen zu verwenden sie sind an den Stangen so befestigt, dass
  - der untere Rand ca. 1 m vom Schnee entfernt ist
  - und sollten von einer Stange abgerissen werden können.
- Die Tore haben eine lichte Breite von Innenstange zu Innenstange von mindestens **6 m** und höchstens **8 m** für offene und mindestens **8 m** und höchstens **12 m** für vertikale Tore aufzuweisen.
- Der Abstand der Drehstangen zweier aufeinander folgender Tore muss mindestens **25 m** betragen
- Minimal **8 %**, maximal **12 %** Richtungsänderungen der Höhendifferenz

## Kurssetzung

- Es ist zu empfehlen, die Einzeltore zu setzen, um das Gelände so vorteilhaft wie möglich auszunützen. Torkombinationen sind nur in kleiner Zahl gestattet. Der Abstand der aufeinander folgenden Drehstangen kann in diesem Fall kleiner sein als die **25 m**, darf aber **15 m** nicht unterschreiten.
- Wo das Gelände sich dazu eignet, sollte dies zu Sprüngen ausgenützt werden.
- Der Jugend Super-G wird in Form eines Vielseitigkeitslaufes ausgetragen. Es sollten Grundformen des Springens und Gleitens enthalten sein. Die Streckenwahl und
- Kurssetzung müssen im Tempo dem Fahrkönnen der Kinder angepasst werden. Die Kinder sollen das Gleiten und das Beherrschen der Geschwindigkeit erlernen.

## 4. COMBI-RACE Technik & Speed

Die Kinder Kombi-Race sind ein international anerkannter Wettbewerb, der aus der Mischung aus Standardkurven und Toren besteht. Der Wettbewerb fördert die Entwicklung, die diese Altersgruppe dringend braucht. Durch das Vermischen der verschiedenen Abschnitte mit verschiedenen Torkombinationen in einem fließenden, rhythmischen und ständig wechselnden Schema, werden die taktischen Fähigkeiten aufgebaut.

### Kurssetzung

- Die Geschwindigkeit der Rennläufer muss beim Übergang von einem zu einem anderen verschiedenen Abschnitt durch die Art der Kurssetzung kontrolliert sein und die Kurssetzung sollte den Läufern einen reibungslosen Übergang von Sprüngen oder Wellen zurück in den Kurs erlauben.
- Es gibt zwei verschiedene Kombiformen:
  - Combi-Race Technik (Technischeausrichtung SL GS Schwünge)
  - Combi-Race Speed (Geschwindigkeitsausrichtung).
- Das ausgewählte Rennformat muss in der Rennausschreibung bekanntgegeben werden.

### Technische Daten Combi-Race Technik :

- Für die SL/GS Kombi wird die Verwendung von Slalom Skiern empfohlen. Das OC muss im Voraus die Form der Kombi bekannt geben, damit die Skiwahl getroffen werden kann.
- Es wird auf einer Jugend GS Strecke gefahren.
  - Kurssetzung mit GS Toren. **Torabstand min. 10 m, max. 20 m**
  - Ein Sprung kann bei idealen Voraussetzungen einbezogen werden
- Eigenschaften der Strecke und Empfehlungen
- Minimum 30 Richtungsänderungen.
- Laufzeit 1 Lauf min. **45 Sekunden**
- Es wird empfohlen, mindestens 5 verschiedene Abschnitte vorzusehen.
- Die Verwendung von SL Skiern wird empfohlen
- Die Strecke sollte die Reaktionsfähigkeit der Rennläufer testen, sich an immer wechselnden Rhythmen und Radien anzupassen und ihnen einen reibungslosen Übergang zwischen den verschieden ausgesteckten Abschnitten zu ermöglichen.
- Das Gelände kann künstlich gestaltet werden, aber es ist nicht notwendig, wenn die Strecke selbst schon genügend hohe Anforderungen stellt. Das vorhandene Gelände ist optimal auszunützen.
- Ein Sprung kann bei idealen Voraussetzungen einbezogen werden
- Tore, die ein scharfes Abbremsen und damit eine plötzliche Verminderung der Geschwindigkeit verursachen, sind zu vermeiden.
- Das erste und das letzte Tor sollen den Läufern einigermaßen die Richtung geben.
- Die Vorläufer oder Kurstester sollten für die Kurssetzung zur Verfügung stehen.

## Technische Daten Combi-Race Speed

- Für die GS/SG Kombi wird die Verwendung von GS Skiern empfohlen.
- Das Organisationskomitee muss im Voraus die Form der Kombi bekannt geben, damit die Ski Wahl getroffen werden kann.
- Es wird empfohlen auf einer homologierten GS Strecke mit einem Höhenunterschied bis zu maximal 350 m zu fahren
- Es wird mir RS Toren gefahren ohne Aussen Tor  
(Ausgenommen erstes und letztes Tor, sowie Bananen)
- Aufeinanderfolgende Tore sind abwechselnd rot und blau zu setzen.
- Torabstand **min. 15 m, max. 35 m**
- Eigenschaften der Strecke und Empfehlungen
- Es wird empfohlen, mindestens **3-5** verschiedene Abschnitte vorzusehen.
- Die Verwendung von GS Skiern wird empfohlen
- Die Strecke sollte die Reaktionsfähigkeit der Rennläufer testen, sich an immer wechselnden Rhythmen und Radien anzupassen und ihnen einen reibungslosen Übergang zwischen den verschieden ausgesteckten Abschnitten zu ermöglichen.
- Das Gelände kann künstlich gestaltet werden, aber die Strecke muss flüssig und reibungslos befahren werden können.
- Es ist mindestens **1** Sprung einzubeziehen
- Tore, die ein scharfes Abbremsen und damit eine plötzliche Verminderung der Geschwindigkeit verursachen, sind zu vermeiden.
- Das erste und das letzte Tor sollen den Läufern einigermaßen die Richtung geben.
- Die Vorläufer oder Kurstester sollten für die Kurssetzung zur Verfügung stehen.

Slalom	U11	U12/U14/U16	IR/NAT	REG
Höhenunterschied	max. 120 m	max. 160 m		80 - 200 m
Torbreite	4 - 6 m			
Torabstand (DS zu DS)	9 ± 2 m (7 - 11 m)			6 - 13 m
Torabstand innerhalb Vertikalen	0.75 - 1 m			
Verzögerte Tore	12 - 15 m			12 - 18 m
Richtungsänderungen	keine Vorgabe			30 - 35 % +/- 3 RÄ
Haarnadeln		2 - 4	3 - 6	Mind. 3
Vertikalen		1 - 2	1 - 3	1 - 3
bestehend aus Anz Tore		3er	3er oder 4er	3er oder 4er
Verzögerungstore (Bananen)		1 - 3	1 - 3	1 - 3
Startintervall	kein Intervall, Zeitmessung entscheidet über Startfreigabe			
Minimalzeit	35 Sekunden 1 Lauf, 50 Sekunden 2 Läufe pro Geschlecht 3 x unterschreiten			
F-Wert	730			

Riesenslalom	U11	U12/U14/U16	IR/NAT	REG
Höhenunterschied		max. 300 m		200 - 400 m
Torbreite	4 - 8 m			
Torabstand (DT zu DT)		22 ± 5 m (17 - 27 m) max. 3 x bis 34 m		min. 10 m
Verzögerte Tore (DT zu VT/VT zu DT)		je 10 - 17 m		je min. 10 m
Richtungsänderungen		keine Vorgabe		11 - 15 %
Startintervall	Fixer Startintervall, mind. 30 Sekunden			
Minimalzeit	45 Sekunden 1 Lauf, 60 Sekunden 2 Läufe pro Geschlecht 3 x unterschreiten			
F-Wert	1010			

Super-G	U11/U12	U14/U16	IR/NAT	REG
Höhenunterschied		250 - 450 m		350 - 650 m
Torbreite	nicht startberechtigt	6 - 8 m		
Torbreite vertikale Tore		8 - 12 m		
Torabstand (DT zu DT)		mind. 25 m		
Torabstand (DT zu VT/VT zu DT)		je mind. 15 m		
Richtungsänderungen		8 - 12 %		min. 7 %
Startintervall		Fixer Startintervall, mind. 40 Sekunden		
Minimalzeit		45 Sekunden		
F-Wert			1190	

Legende

RÄ Richtungsänderungen  
 HM Höhenmeter

DS Drehstange  
 VT Verzögerungstor

Combi-Race Technik (SL/RS)	U11	U12/U14/U16	IR/NAT
Ski	empfohlen Slalom-Ski		
Abschnitte	min. 5		
Torabstand GS (DS zu DS)	10 - 20 m		
Richtungsänderungen	min. 30		
Sprung	möglich, aber nicht obligatorisch		
Startintervall	Fixer Startintervall, mind. 30 Sekunden		
Minimalzeit	45 Sekunden 1 Lauf, 60 Sekunden 2 Läufe pro Geschlecht 3 x unterschreiten		
F-Wert	960		

Combi-Race Speed (RS/SG)	U11	U12/U14/U16	IR/NAT
Ski	empfohlen Riesenslalom-Ski		
Abschnitte	3 - 5		
Höhenunterschied	max. 350 m		
Torbreite RS	4 - 8 m		
Torbreite SG	6 - 8 m		
Torabstand (DS zu DS)	15 - 35 m		
Sprung	1		
Startintervall	Fixer Startintervall, mind. 40 Sekunden		
Minimalzeit	45 Sekunden 1 Lauf, 60 Sekunden 2 Läufe pro Geschlecht 3 x unterschreiten		
F-Wert	960		

Legende

RÄ	Richtungsänderungen
HM	Höhenmeter
DS	Drehstange
DT	Drehtor
VT	Verzögerungstor