



**FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNATIONAL SKI FEDERATION
INTERNATIONALER SKIVERBAND**



THE WORLD MASTERS CROSS-COUNTRY SKI ASSOCIATION

Wettkampfordnung - Masterswettkämpfe
- gültig ab 2010 -

Rules of Competition for Masters Events
- valid as of 2010 -

**Règlement des Compétitions
pour les Championnats Vétérans**
- valables à partir de 2010 -

Inhaltsverzeichnis / Table of Contents / Table des matières

599	Internationale Skiwettkampfordnung (= IWO) <i>Rules for international skiing competitions (= ICR)</i> <i>Règlement des épreuves internationales (= RIS)</i>	4
600	Definition von Masterswettkämpfen <i>Definition of Masters Competitions</i> <i>Définition des épreuves Vétérans</i>	4
601	Klasseneinteilung Einzelwettkämpfe <i>Assignment to classes individual competition</i> <i>Classification des épreuves individuelles</i>	5
602	Klasseneinteilung Staffelnwettkämpfe <i>Assignment to classes Relays</i> <i>Classification des épreuves de relais</i>	6
603	Wettkampf-Anmeldung <i>Competition entry</i> <i>Inscription aux épreuves</i>	6
604	Erstellung der Startlisten <i>Preparation of the starting lists</i> <i>Établissement des listes de départ</i>	7
605	Jury / <i>Jury</i> / <i>Jury</i>	7
606	Strecken für Masterswettkämpfe <i>Masters competition courses</i> <i>Parcours des épreuves Vétérans</i>	8
607	Normen für die Strecken <i>Standards for courses</i> <i>Critères de parcours</i>	12
608	Normen für Streckenprofile <i>Standards for profiles</i> <i>Critères de dénivelés</i>	14
609	Präparierung der Strecken <i>Course preparation</i> <i>Préparation des parcours</i>	17
610	Markierung der Strecken <i>Course marking</i> <i>Marquage des parcours</i>	17
611	Skilanglaufstadion <i>Cross-country ski stadium</i> <i>Stade de ski de fond</i>	18

612	Laufstil / Startmöglichkeiten eines Teilnehmers <i>Technique / Starting possibilities for competitors</i> <i>Style / Types de départs possibles des participants</i>	19
613	Staffelwettkämpfe <i>Relay races</i> <i>Épreuves de relais</i>	19
614	Staffel Anmeldung <i>Entries relays</i> <i>Inscriptions aux relais</i>	19
615	Zusammensetzung der Staffeln <i>Composition of the relays</i> <i>Composition des relais</i>	20
616	Weitere Wettkämpfe <i>Holding additional competitions</i> <i>Autres épreuves</i>	21
617	Startnummern Einzelwettkämpfe <i>Starting numbers individual competitions</i> <i>Dossards des épreuves individuelles</i>	21
618	Nummerierung Startnummern Einzelwettkämpfe <i>Starting number sequences individual competitions</i> <i>Numérotation des dossards des épreuves individuelles</i>	21
619	Startnummern Staffeln <i>Starting numbers relays</i> <i>Numérotation des dossards pour les relais</i>	23
620	Nummerierung Startnummern Staffel <i>Starting number sequences relays</i> <i>Dossards des relais</i>	23
621	Programm / <i>Programme / Programme</i>	24
622	Zeitlimite / <i>Time limits / Limites de temps</i>	25
623	Disqualifikation von Teilnehmern <i>Disqualification of participants</i> <i>Disqualification des participants</i>	26
624	Doping-Kontrollen <i>Doping Controls</i> <i>Contrôles anti-dopage</i>	27
625	Pflichtenheft mit Zeitplan <i>Requirement specification – Time schedule</i> <i>Cahier des charge et horaires</i>	28

J. Wettkampf-Ordnung für Masters-Wettkämpfe im Skilanglauf
J. *Rules of Competition for Cross-Country Skiing Masters Events*
J. *Règlement des Compétitions Vétérans de ski de fond*

599 Internationale Skiwettkampfordnung
Rules for International Skiing Competitions
Règlement des épreuves internationales de ski de fond

599.1 Grundregel / *Basic Principles* / *Principes de base*

Alle Belange, die nicht mit diesem Teil (J) abgedeckt sind, unterliegen den Bestimmungen der Teile A - H der Internationalen Skiwettkampfordnung (IWO), Band II.

All issues not covered by this Section (J) are governed by the decisions of Sections A - H of the Rules for International Skiing Competitions (ICR), Book II.

Tous les cas de figure non couverts par ce paragraphe(J)sont régies par les articles des paragraphes A – H du règlement des épreuves internationales de ski (RIS) tome II.

600 Definition von Masters-Wettkämpfen (MWK)
Definition of Masters Competitions (MWK)
Definition des épreuves seniors (MWK)

600.1 Wettkampf - Zulassung
Entry qualifications
Autorisation d'inscription

600.1.1 Alter:

Masters-Wettkämpfer und Masters-Wettkämpferinnen müssen vor dem 31. Dezember des letzten Jahres 30 Jahre alt geworden sein.
 Pass- oder Lizenzkontrollen durch WMA oder OK sind erlaubt.

Age:

Male and female Masters competitors must have reached their thirtieth birthday by the 31st December of the preceding year. Passport or licence control through WMA or O.C. are allowed.

Age:

Les compétiteurs dames et messieurs doivent avoir fêté leur trentième anniversaire avant le 31 décembre de l'année qui précède.
Les contrôles des passeports ou licences par la WMA ou le comité d'organisation (CO) sont possibles.

600.1.2

Verbandszugehörigkeit:

Masters-Wettkämpfer und Masters-Wettkämpferinnen sollten Mitglied eines Nationalen Skiverbandes sein. Die Richtlinien der Nationalen Skiverbände über die Lizenz-Pflichten sind einzuhalten, sofern in einem Skiverband erforderlich.

Membership:

Male and female Masters competitors should be members of a National Ski Federation. If a National Ski Federation has certain guidelines on licences, they have to be followed.

Appartenance à une fédération :

Les compétiteurs dames et messieurs doivent être membres d'une fédération nationale de ski. Les directives des fédérations nationales de ski doivent être respectées.

600.1.3

Nationalität:

Teilnehmer müssen beim Masters World Cup für die Nation starten, wo sie entweder ihren Wohnsitz haben oder von welcher Nation ihr Pass ausgestellt wurde.

Nationality:

A competitor must compete throughout a specific Masters World Cup for his/her country of residence or the country of which he/she holds a passport.

Nationalité:

Les compétiteurs participent aux épreuves de la Masters World Cup au titre de leur pays de résidence ou de celui du passeport dont ils sont détenteur.

600.1.4

Wettkämpfer und Wettkämpferinnen, die einer Ski-Nationalmannschaft oder einem Nationalen Skikader angehören, sind bei Masters-Wettkämpfen (MWK) nicht startberechtigt.

Male and female competitors who are members of a National Ski Team are not entitled to take part in Masters competitions (MWK).

Les compétiteurs dames et messieurs membres d'une équipe nationale de ski ne sont pas autorisés à prendre part à ces épreuves Vétérans (MWK).

601

Klasseneinteilung: Einzelwettkämpfe

Assignment to classes: Individual competition

Classifications: Épreuves individuelles

601.1

Masters-Wettkämpfer und Masters-Wettkämpferinnen werden in 5-Jahres-Gruppen, getrennt nach Damen- und Herrenklassen, eingeteilt.

Male and female Masters competitors are divided into separate men's and women's classes based on five-years' age groups.

Les compétiteurs dames et messieurs sont répartis en catégories de 5 ans, dames et messieurs.

601.1.1

Klasse / Class / Catégorie 01

30-34 Jahre / years of age / ans

601.1.2

Klasse / Class / Catégorie 02

35-39 Jahre / years of age / ans

601.1.3

Klasse / Class / Catégorie 03

40-44 Jahre / years of age / ans

601.1.4

Klasse / Class / Catégorie 04

45-49 Jahre / years of age / ans

601.1.5

Klasse / Class / Catégorie 05

50-54 Jahre / years of age / ans

601.1.6

Klasse / Class / Catégorie 06

55-59 Jahre / years of age / ans

601.1.7

Klasse / Class / Catégorie 07

60-64 Jahre / years of age / ans

601.1.8

Klasse / Class / Catégorie 08

65-69 Jahre / years of age / ans

601.1.9

Klasse / Class / Catégorie 09

70-74 Jahre / years of age / ans

601.1.10

Klasse / Class / Catégorie 10

75-79 Jahre / years of age / ans

601.1.11

Klasse / Class / Catégorie 11

80-84 Jahre / 80-84 years of age / ans

601.1.12

Klasse / Class / Catégorie 12

85 Jahre und älter / years and above / ans et plus

602 **Klasseneinteilung Staffelwettkämpfe**
Assignment to classes Relays
Classification des Relais

602.1 Herren / Men / Messieurs

602.1.1	Klasse / Class / Catégorie 01	30 - 34 Jahre / years of age / ans
602.1.2	Klasse / Class / Catégorie 02	35 - 39 Jahre / years of age / ans
602.1.3	Klasse / Class / Catégorie 03	40 - 44 Jahre / years of age / ans
602.1.4	Klasse / Class / Catégorie 04	45 - 49 Jahre / years of age / ans
602.1.5	Klasse / Class / Catégorie 05	50 - 54 Jahre / years of age / ans
602.1.6	Klasse / Class / Catégorie 06	55 - 59 Jahre / years of age / ans
602.1.7	Klasse / Class / Catégorie 07	60 - 64 Jahre / years of age / ans
602.1.8	Klasse / Class / Catégorie 08	65 - 69 Jahre / years of age / ans
602.1.9	Klasse / Class / Catégorie 09	70 - 74 Jahre / years of age / ans
602.1.10	Klasse / Class / Catégorie 10	75 Jahre und älter / years and above / ans et plus

602.2 Damen / Women / Dames

602.2.1	Klasse / Class / Catégorie 01	30 - 39 Jahre / years of age / ans
602.2.2	Klasse / Class / Catégorie 02	40 - 49 Jahre / years of age / ans
602.2.3	Klasse / Class / Catégorie 03	50 - 59 Jahre / years of age / ans
602.2.4	Klasse / Class / Catégorie 04	60 Jahre und älter / years and above / ans et plus

603 **Wettkampf-Anmeldung**
Competition entry
Inscription aux épreuves

603.1 Die Wettkampfanmeldungen sind von den Nationalen Direktoren vorzunehmen. Der Nationale Direktor ist für eine ordnungsgemäße Anmeldung seiner Teilnehmer verantwortlich.

Registrations for the competitions have to be made by the National Directors. National Directors are responsible for registrations in accordance with the regulations.

Les inscriptions aux épreuves doivent être faites par les directeurs nationaux. Ceux-ci sont responsables des inscriptions, en accord avec les règlements.

603.2 Die Nationalen Direktoren und ein Organisationskomitee haben das Softwareprogramm der WMA gemäß separater Anleitung anzuwenden.

National Directors and Organizing Committees are obliged to use the software program of the WMA as per separate instructions.

Les directeurs nationaux et un comité d'organisation sont tenus d'utiliser le logiciel de la WMA, conformément aux directives.

603.3 Angemeldete Wettkämpfer und Wettkämpferinnen, die aus krankheits- oder unfallbedingten Gründen am Masters World Cup nicht teilnehmen können, erhalten gegen Vorlage eines ärztlichen Attestes durch den Nationalen Direktor während eines Masters World Cups eine Rückvergütung von 50 % des einbezahlten Nenngeldes.

Male and female entrants who are subsequently unable to compete in the Masters World Cup due to illness or accident, are entitled to a reimbursement of 50 % of their entry fee when the National Director presents a doctor's certificate during the Masters World Cup.

Les compétiteurs inscrits, dames et messieurs qui seraient dans l'impossibilité de participer à la coupe mondiale des seniors pour cause de maladie ou d'accident seront remboursé à hauteur de 50% de leurs frais d'inscription contre remise d'un certificat médical par l'intermédiaire du directeur national.

604 **Erstellung der Startlisten**
Preparation of the Starting Lists
Établissement des listes de départ

Die Startlisten werden nach Altersklassen erstellt. Die Startreihenfolge ergibt sich aus den Ergebnissen der vorangegangenen Masters World Cups (bis zu drei Jahren) anhand der von der WMA ermittelten FIS-Punktliste. Ausnahmen müssen von den Nationalen Direktoren begründet werden und bedürfen der Genehmigung der WMA.

The starting lists are prepared by age classes. Forming of rows is based on the results of the last Masters World Cups (three years) with the points system of FIS worked out by WMA. An exception to the rule has to be justified and needs the approval of WMA.

Les listes de départ sont établies selon les catégories d'âges. Les lignes de départ sont déterminées d'après les résultats des coupes mondiales seniors (des derniers 3 ans) selon la liste des points de la FIS fournie par la W.M.A. Les exceptions doivent être justifiées par le directeur national et obtenir l'agrément de la W.M.A.

605 **Die Jury**
The Jury
Le Jury

605.1 Zusätzlich zu der Aufgabe Beschlüsse zu fassen, berät die Jury den Veranstalter in Fragen, die den Masters-Wettkampf betreffen.

In addition to its duty to pass resolutions, the Jury provides advice to the event Organizer on questions relating to the Masters competition.

En outre de prendre les décisions, le jury aura pour fonction de conseiller l'organisateur pour toute question concernant les compétitions Vétérans.

605.2 Die Jury besteht aus fünf Mitgliedern:

- Dem Technischen Delegierten (TD), der den Vorsitz in der Jury hat;
- dem Chef des Wettkampfes (Rennleiter);
- einem Vizepräsidenten der WMA;
- einem Repräsentanten der am Wettkampf teilnehmenden Mannschaften;
- dem Wettkampfleiter des nächstjährigen Masters World Cups.

The Jury is comprised of five members:

- *the Technical Delegate (TD) who acts as chairman;*
- *the Chief of Competition;*
- *one Vice President of WMA;*
- *a representative of a team competing in the event;*
- *the Chief of Competition of the next year's Masters World Cup.*

Le Jury est constitué de cinq membres:

- *Le délégué technique (DT) agissant en tant que président;*
- *Le responsable des épreuves (Directeur des courses),*
- *Un vice président de la WMA;*
- *Un représentant d'une équipe participant à l'évènement;*
- *Le directeur d'épreuve de l'édition suivante de la coupe mondiale des Vétérans (MWK).*

- 606** **Strecken für Masters-Wettkämpfe**
Masters competition courses
Parcours des épreuves seniors
- 606.1** **Streckenlängen der Einzelwettkämpfe:**
Distances in individual competitions:
Distances des épreuves individuelles :
- 606.1.1 5 km = 1 Runde (C-Strecke)
5 km = 1 lap (C track)
5 km = 1 tour (parcours C)
- 606.1.2 10 km = 1 Runde
10 km = 1 lap
10 km = 1 tour
- 606.1.3 10 km = 2 Runden à 2 x 5 km (C-Strecke)
10 km = 2 laps à 2 x 5 km (C track)
10 km = 2 tours de 2 x 5 km (parcours C)
- 606.1.4 15 km = 1 Runde
15 km = 1 lap
15 km = 1 tour
- 606.1.5 15 km = 3 x 5 km (C-Strecke)
15 km = 3 x 5 km (C track)
15 km = 3 x 5 km (parcours C)
- 606.1.6 30 km = 2 Runden à 15 km oder 3 Runden à 10 km
30 km = 2 laps à 15 km or 3 laps à 10 km
30 km = 2 tours de 15 km ou 3 tours de 10 km
- 606.1.7 45 km = 3 Runden à 15 km
45 km = 3 laps à 15 km
45 km = 3 tours de 15 km

606.2 Streckenlängen der Staffelwettkämpfe:***Distances in relays:******Distances des relais:***

606.2.1

4 x 5 km Damen und Herren

*4 x 5 km Women and Men**4 x 5 km Dames et Messieurs.*

606.2.2

Die ersten zwei Strecken werden in der klassischen Technik und die dritte und vierte Strecke in der freien Technik gelaufen.

*First and second laps will be skied in classical technique, lap 3 and 4 in free technique.**Le premier et deuxième tour devra être effectués en technique classique, alors que le troisième et quatrième tour pourra l'être en technique libre.*

606.2.3

Es muss je eine separate 5 km-Strecke für die klassische und freie Technik zur Verfügung stehen.

*Separate tracks for both techniques have to be prepared.**Des pistes séparées devront être préparées pour les deux techniques.***606.3****Anforderungen*****Requirements******Conditions requises***

606.3.1

Strecke: Herren 30 – 74 Jahre (Klasse 01 – 09)

ca. 40 – 60 % unter der Norm der Internationalen Skiwettkampf-Ordnung Langlauf (IWO) des Internationalen Skiverbandes (FIS).

Track: Men 30 – 74 years (class 01 – 09)*about 40 – 60 % below standard of International Ski Competition Rules (ICR) of the International Ski Federation (FIS).****Parcours: Messieurs 30 – 74 ans (catégories 01 – 09)****Environ 40 - 60 % en dessous des critères des règlement internationaux en ski de fond (RIS) de la Fédération Internationale de Ski (FIS).*

606.3.2

C – Strecke: Herren 75 Jahre und älter (Klasse 10 - 12)

ca. 75 % unter der Norm der Internationalen Skiwettkampf-Ordnung Langlauf (IWO) des Internationalen Skiverbandes (FIS).

*(Leicht kupierte Strecke, mit leichten Abfahrten)****C track: Men over 75 years (Class 10 – 12)****about 75 % below standard of International Ski Competition Rules (ICR) of the International Ski Federation (FIS).**(Slightly undulated track with easy down hills)****Parcours C: Messieurs au-delà de 75 ans (Class 10 – 12)****Environ 75 % en dessous des critères des règlements internationaux de ski de fond (RIS) de la Fédération Internationale de Ski (FIS).**(Parcours légèrement vallonnés et pentes douces)*

- 606.3.3 **Strecke: Damen 30 – 69 Jahre (Klasse 01 – 08)**
ca. 40 – 60 % unter der Internationalen Skiwettkampf-Ordnung Langlauf (IWO) des Internationalen Skiverbandes (FIS).
- Track: Women 30 – 69 years (class 01 – 08)**
About 40 – 60 % below standard of International Ski Competition Rules (ICR) of the International Ski Federation (FIS).
- Parcours B: Dames 30 – 69 ans (catégories 01 – 08)**
Environ 40 – 60 % en dessous des critères des règlements internationaux de ski de fond (RIS) de la Fédération Internationale de Ski (FIS).
- 606.3.4 **C – Strecke: Damen 70 Jahre und älter (Klasse 09 – 12)**
ca. 75 % unter der Internationalen Skiwettkampf-Ordnung Langlauf (IWO) des Internationalen Skiverbandes (FIS).
(Leicht kupierte Strecke, mit leichten Abfahrten)
- C track: Women over 70 years (class 09 – 12)**
About 75 % below standard of International Ski Competition Rules (ICR) of the International Ski Federation (FIS).
(slightly undulated track with easy down hills)
- Parcours C: Dames 70 ans et au delà (catégories 09 – 12)**
Environ 75 % en dessous des critères des règlements internationaux de ski de fond (RIS) de la Fédération Internationale de Ski (FIS).
(Parcours légèrement vallonnés et pentes douces)
- 606.3.5 Abweichungen der Anforderungen bedürfen der Zustimmung der WMA.
Deviations need the consent of the WMA.
Les dérogations doivent faire l'objet d'un accord de la WMA.
- 606.4 Skilanglaufstrecken müssen so angelegt sein, dass sie eine Prüfung der technischen, taktischen und konditionellen Qualitäten der Wettkämpfer erfordern. Der Schwierigkeitsgrad soll der Bedeutung des Wettkampfes entsprechen. Die Strecke soll so natürlich wie möglich mit kupierten Teilen, Anstiegen und Abfahrten angelegt sein, um Monotonie zu vermeiden. Wo die Möglichkeit besteht, sollte die Strecke durch Waldgelände führen. Der Laufrhythmus darf nicht durch scharfe Richtungsänderungen und steile Aufstiege unterbrochen werden. Die Abfahrten sind stets so anzulegen, dass sie für alle Wettkämpfer jeden Alters bewältigt werden können. Es muss aber gleichzeitig möglich sein, den Wettkampf selbst bei schnellen Verhältnissen zu bewältigen.
- Cross-country courses must be laid out in such a way that they provide a technical, tactical and physical test of the competitors' qualifications. The degree of difficulty should be in accordance with the level of the competition. The course should be laid out as naturally as possible to avoid any monotony, with rolling undulating sections, climbs, and downhill sections. Where possible, the course should be laid out through woodland. Rhythm should not be broken by too many sharp changes in direction or steep climbs. The downhill sections have always to be laid out in such a way that all racers are able to manage them. At the same it should be possible to ski the course even under fast conditions.*
- Les parcours de épreuves de fond doivent être établis de telle sorte à ce qu'elles permettent l'évaluation des qualités technique, tactique et physique des compétiteurs. Le degré de difficulté doit être en accord avec le niveau de compétition Le parcours doit être établi de manière aussi naturelle que possible afin d'éviter toute monotonie, avec des*

secteurs sinueux, des montées et des descentes. A chaque fois que c'est possible, les courses traverseront des forêts. Le rythme ne doit pas être brisé par des changements de direction trop brutaux ou des pentes trop raides. Les descentes doivent pouvoir être négociées par les compétiteurs de tous âges. Il doit malgré tout être possible de skier dans des conditions rapides.

606.5

Im Prinzip sollen die Skilanglaufstrecken bestehen aus:

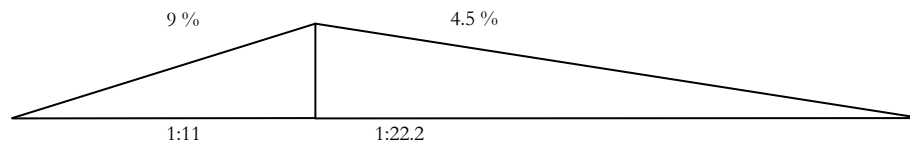
- einem Drittel definierter Anstiege mit einer Steigung zwischen 4.5% (1:22.5) und 9% (1:11) mit Höhenunterschieden über 10 Metern und einigen kürzeren Anstiegen, steiler als 9%.

In principal, the cross-country course should consist of:

- *One-third uphills defined as climbs with a gradient between 4.5% (1:22.5) and 9% (1:11) with height differences over 10 meters plus some short climbs steeper than 9%.*

En principe les parcours de ski de fond sont composés de:

- *Un tiers de montées avec une pente entre 4,5% (1:22.5) et 9% (1:11) avec des dénivelés de plus de 10 mètres plus quelque montées supérieures à 9%.*



- einem Drittel wellig-kupiertem Gelände, die Geländebeschaffenheit mit Anstiegen und Abfahrten nutzend (mit Höhendifferenzen von 1 – 5 Metern).
- *One-third undulating, rolling terrain, utilizing all terrain features with short climbs and down hills (with height differences 1-5 meters).*
- *Un tiers de terrain roulant et vallonné utilisant les courbes de niveau naturelles avec de courtes montées et descentes (dénivelés de 1 à 5 mètres)*
- einem Drittel verschiedenartiger Abfahrten, die vielseitige Abfahrtstechniken erfordern.
- *One-third varied down hills, demanding versatile downhill techniques.*
- *Un tiers de descentes variées, exigeant des techniques de descente diverses.*

606.6

Bei WMA-Skilanglaufwettkämpfen werden die Strecken nur in der für den Wettbewerb vorgesehenen Richtung benutzt.

At WMA cross-country competitions the courses may only be used in the direction established for the competition.

Les épreuves de ski de fond de la WMA doivent être parcourues exclusivement dans le sens prévu pour la compétition.

606.7

Ein Skitestgelände mit Testspuren muss zur Verfügung stehen. Die Testspuren sollten auch in der Nähe der Team-Wachsräume und der Aufwärmspuren liegen und nach dem gleichen Standard wie die Wettkampfstrecken präpariert sein.

A ski glide testing area with testing tracks for all participating teams must be located close to the stadium. It should be close to the team wax cabins and warm up track. The testing tracks must be prepared to the same standard as the competition tracks.

Une aire d'essais de glisse près du stade de départ doit être mise à la disposition de toutes les équipes. Elle doit être proche des cabines de fartage des équipes et de la piste d'échauffement. Cette aire d'essai doit être damée selon les mêmes exigences que les pistes de compétitions.

606.8 Wenn möglich, sollte eine separate Spur für Funktionäre und Zuschauer zur Verfügung stehen.

A separate track along the side of the competition course should be available for officials and spectators.

Si possible une piste latérale doit être aménagée le long du parcours de l'épreuve et à disposition des officiels et des spectateurs.

**607 Normen für die Strecken
Standards for Courses
Critères des parcours.**

**607.1 Der Höhenunterschied (HD)
Height Difference (HD)
Montées maximum (MC)**

607.1.1 Der Höhenunterschied zwischen dem tiefsten und höchsten Punkt einer Wettkampfstrecke darf nicht mehr betragen als:

The difference in height (HD) between the lowest and highest points of a competition course may not exceed:

Le dénivelé entre le point le plus bas et le point le plus élevé de l'épreuve ne doit pas excéder :

	Streckenlänge <i>Distance</i> Distance des Parcours	IWO <i>ICR</i> RIS	Strecken <i>Courses</i> Parcours	Strecke C <i>Courses C</i> Parcours C	Staffel <i>Relay</i> Relais
607.1.2	5 km	100 m		25 m	50 – 35 m
607.1.3	10 km	150 m	100 – 75 m	38 m	
607.1.4	15 km	200 m	130 – 100 m	50 m	
607.1.5	30 km	200 m	130 – 100 m		
607.1.6	45 km	200 m	130 – 100 m		

607.1.7 Abweichungen bedürfen der Zustimmung der WMA.

Deviations need the consent of the WMA.

Les dérogations doivent être approuvées par la WMA.

**607.2 Der Höchstanstieg (MC)
Maximum climb (MC)
Montées maximum (MC)**

607.2.1 Die Höhendifferenz eines einzelnen Anstieges PHD darf folgende Höchstwerte nicht übersteigen, kann aber durch kupiertes Gelände bis zu einer Länge von 200 Metern oder einer Abfahrt die weniger als 5 m PHD hat unterbrochen werden.

The difference in height of a single climb (PHD) must not exceed these limits but can be interrupted by a section of undulating terrain that does not exceed 200 m in length or a down hill that does not exceed 5 m PHD.

Le dénivelé d'une seule montée (PHD) ne doit pas dépasser les valeurs suivantes mais peut être interrompu par une section peu vallonnée inférieure à 200 m ou une descente inférieure à 5 m PHD.

	Streckenlängen <i>Distances</i> Distance des Parcours	IWO <i>ICR</i> RIS	Strecken <i>Course</i> Parcours	Strecke C <i>Course C</i> Parcours C	Staffel <i>Relay</i> Relais
607.2.2	5 km	50 m		13 m	25 m
607.2.3	10 km	80 m	50 – 40 m	20 m	
607.2.4	15 km	80 m	50 – 40 m	20 m	
607.2.5	30 km	80 m	50 – 40 m		
607.2.6	45 km	80 m	50 – 40 m		

607.2.7 Abweichungen bedürfen der Zustimmung der WMA.
Deviations need the consent of the WMA.
Les dérogations doivent être approuvées par la WMA.

607.3 **Der Gesamtanstieg (TC)** *The total climb (TC)* **Ascension totale (TC)**

607.3.1 Der Gesamtanstieg (TC) sollte liegen zwischen:
The total climb (TC) should be within:
L'ascension totale (TC) doit être comprise entre:

	Streckenlängen <i>Distances</i> Distance des Parcours	IWO <i>ICR</i> RIS	Strecken <i>Courses</i> Parcours	Strecke C <i>Course C</i> Parcours C	Staffel <i>Relay</i> Relais
607.3.2	5 km	150 - 210 m		37 – 52 m	75 – 52 m
607.3.3	10 km	250 - 420 m	140 - 240 m	62 – 105 m	
607.3.4	15 km	400 - 600 m	230 - 340 m	100 – 150 m	
607.3.5	30 km	800 - 1200 m	460 - 690 m		
607.3.6	45 km	1250 - 1600 m	810 - 920 m		

607.3.7 Abweichungen bedürfen der Zustimmung der WMA.
Deviations need the consent of the WMA.
Les dérogations doivent être approuvées par la WMA.

607.4 Beim Masters World Cup darf der höchste Punkt einer Wettkampfstrecke nicht über 1700 Meter über Meer liegen.

The highest point on a Masters World Cup competition course must not exceed 1700 m above sea level.

Le point le plus élevé des épreuves de la coupe senior ne doit pas dépasser 1700 m au-dessus du niveau de la mer.

608 Normen für Streckenprofile
Standards for Profiles
Critères de dénivelés

Beschreibung der Anstiege:

Der Anstieg wird durch die partielle Höhendifferenz (PHD) definiert. Die partielle Höhendifferenz ist die Differenz zwischen dem tiefsten und dem höchsten Punkt eines Anstiegs. Eine zusätzliche Beschreibung des Anstiegs ergibt sich durch den Begriff partieller Anstieg (PC). Der partielle Anstieg ist die Summe aller Anstiege in einem Hauptanstieg. Die Summe aller partiellen Anstiege ergibt den Gesamtanstieg (TC) einer Strecke.

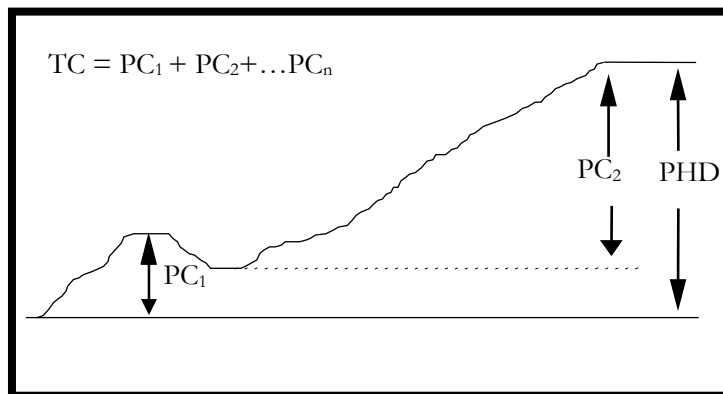
Description of uphill:

The uphill is defined by the Partial Height Difference (PHD). PHD is the height difference from the lowest to the highest point of the uphill. Additional description of the uphill is given by the Partial Climb (PC). PC is the total climb of the uphill. Sum of all PCs is the Total Climb (TC) of the course.

Définition de l'ascension :

La montée est définie par la différence d'altitude partielle (PHD).

La PHD est la différence entre le point le plus bas et le point le plus haut de l'ascension. La montée totale (TC) est définie comme la somme des montées partielles (PC).



A = Hauptanstiege
PHD > 15 m, Steigung 5 – 9 %, in der Regel unterbrochen durch kupiertes Gelände bis zu einer Länge von 100 Metern oder einer Abfahrt, die weniger als 5 PHD hat.

A = Major uphills
PHD > 15 m, gradient 5 – 9 %, normally broken with some short undulating sections less than 100 meters in length or a down hill that does not exceed 5 m PHD.

A = Montées principales
PHD > 15 m, pente 5 - 9 %, normalement interrompues par des tronçons peu vallonnés inférieurs à 100 mètres ou des descentes n'exécédant pas 5 m PHD.

B = kürzere Anstiege
5 m < PHD < 15 m, Steigung 5 – 9 %

B = Short uphills
5 m < PHD < 15 m, gradient 5 – 9 %

B = Montées courtes
5 m < PHD < 15 m, pentes 5 – 9 %

C = Steilanstiege
MM < 5 m, Steigung > 9 %

C = *Steep uphill*
PC gradient > 9 %

C = *Montées abruptes*
MM < 5 m, pentes > 9 %

608.2 Tabelle für Anstiege / *Table for uphill* / **Tableau des ascensions**

Länge der Strecke / <i>Length of course</i> / Longueur du Parcours	Hauptanstiege (A) Steigung 5 - 9 %, durchschnittlich 3-6 % Major uphill (A) <i>Gradient 5 - 9 %, Average 3 - 6 %</i> Montées principales (A) Pente 5-9 %, moyenne 3-6 %			Kürzere Anstiege (B) Steigung 5 - 9 % Short uphill (B) <i>Gradient 5 - 9 %</i> Montées courtes (B) Pente 5-9 %		Steilanstiege / <i>Steep Uphills</i> / Montées abruptes (C) ≥ 9 %; ≤ 5 m PHD
	Anzahl <i>Qty / Qté</i>	PHD (m) <i>PHD (m)</i>	bei km <i>location/ km</i>	Anzahl <i>Qty/Qté</i>	PHD(m)	Anzahl <i>Qty/Qté</i>
5 km	2	15 - 25 15 - 25	1) 1 - 2 2) 3 - 4	3 - 5	5 - 15	2 - 4
10 km	1 - 2 2	25 - 40 30 - 50	1) 2 - 4 2) 6 - 8	5 - 7	5 - 15	3 - 5
15 km	1 - 2 3 - 5	25 - 40 15 - 25	1) 2 - 7 2) 9 - 13	≥ 4	5 - 15	4 - 8

608.3

Richtlinien für Anstiege:

Guidelines for climb sections:

Directives concernant les ascensions:

- Hauptanstiege (A) sollten durch kurze, kupierte Abschnitte unterbrochen sein und eine durchschnittliche Steigung von 3 – 6 % haben.
- *major uphill (A climbs) should be interrupted by short sections of undulating terrain and have an average gradient of 3 – 6%.*

Les montées principales (A), peuvent être interrompues par des secteurs peu vallonnés et avoir une pente moyenne de 3-6 %.

- kürzere Anstiege (B) können unterbrochen sein
- *short uphill (B climbs) can be interrupted.*
- *Les montées courtes peuvent être interrompues.*
- 35 - 55% von TC besteht aus Hauptanstieg (A)
- *35 – 55% of TC is from the PCs on major climbs (A)*
- *35 – 55% du TC est composé de montées principales (A)*

- 25 – 35% von TC besteht aus kürzeren Anstiegen (B)
- *25 – 35% of TC is from the PCs on short uphills (B)*
- *25 – 35% du TC est composé de montées courtes (B)*

- 15 – 35% von TC besteht aus kuperten Gelände und Steilanstiegen C, die nicht in einem A- und/oder B-Anstieg enthalten sind.
- *15 – 35% of TC is from the PCs on undulating terrain and steep uphills C, not included in A and/or B climbs.*
- *15 - 35% du TC est composé de terrain peu vallonné et de montées abruptes non incluses dans les parcours A et B.*

608.4 **Beschreibung des kuperten Geländes:**

Description of undulating terrain:

Description du terrain peu vallonné:

- Eine Kombination von flachem und kupertem Gelände nutzt alle Geländeformen mit kurzen Anstiegen und Abfahrten
- *a combination of flat and rolling terrain utilizing all features with short climbs and down hills*
- *combinaison de terrain plat et vallonné utilisant la topographie existante avec de courtes montées et descentes.*
- Steigungen >5%
- *Gradient > 5 %*
- *Pentes > 5 %*
- Anstiege < 5 m PHD (Steigung > 5 – 9 %) können eingeschlossen sein.
Climbs > 5 m PHD with gradient > 5 - 9% can be included.
Les montées > 5 m PHD avec une pente > 5 – 9 % peuvent être incluses.

609 **Präparierung der Strecken**

Course preparation / Préparation des parcours

609.1 Für die Wettkämpfe in der klassischen Technik müssen zwei Spuren in der Ideallinie gezogen werden. Die linke Spur dient als Überholspur.

Two lanes have to be prepared on the ideal line for classical style competitions, with the left-hand lane used for overtaking.

Pour les épreuves se déroulant en technique classique (pas alternatif), deux doubles traces doivent être réalisées. Les traces de gauche étant réservées au dépassement.

609.2 Für die Wettkämpfe in der freien Technik muss die Strecke so breit sein, dass ein Überholen möglich ist.

For the competitions in free technique the tracks have to be wide enough to allow passing.

Pour les épreuves en technique libre (patineur), les pistes doivent être aussi larges que possible pour permettre le dépassement.

610 Markierung der Strecken***Course marking******Marquage (signalisation) des parcours***

610.1 Gemäss Richtlinien der WMA werden für die Markierung der Strecken Tafeln, Richtungspfeile, Kilometertafeln, Fähnchen und Bänder mit folgenden Codes der Streckenfarben benützt: siehe Anlage A1 sowie die CD

Course markings as per guidelines of the WMA will include sign-boards, direction arrows, kilometre markers, flags and tapes with the following colour coding: see enclosure A1 as well as CD

Selon la réglementation de la WMA, il devra être utilisé des panneaux de signalisation, des flèches de direction, des panneaux de kilométrage, des banderoles et des fanions selon les codes suivants :regardez l'annexe et CD

610.1.1	Herren (30-74 Jahre) <i>Men (aged 30-74)</i> Messieurs (30-74 ans))	10 km, 15 km, 30 km, 45 km <i>10 km, 15 km, 30 km, 45 km</i> 10 km, 15 km, 30 km, 45 km	Blau <i>Blue</i> <i>Bleu</i>
610.1.2	Herren (75 Jahre und älter) <i>Men (aged 75 and over)</i> Messieurs (75 ans et au-delà)	5 km, 10 km, 15 km <i>5 km, 10 km, 15 km</i> 5 km, 10 km, 15 km	Grün <i>Green</i> <i>Vert</i>
610.1.3	Damen (30-69 Jahre) <i>Women (aged 30-64)</i> Dames (30-69 ans)	10 km, 15 km, 30 km <i>10 km, 15 km, 30 km</i> 10 km, 15 km, 30 km	Blau <i>Blue</i> <i>Bleu</i>
610.1.4	Damen (70 Jahre und älter) <i>Women (aged 70 and over)</i> Dames (70 ans et au-delà)	5 km, 10 km, 15 km <i>5 km, 10 km, 15 km</i> 5 km, 10 km, 15 km	Grün <i>Green</i> <i>Vert</i>
610.1.5	Staffeln 5 km Relays 5 km Relais 5 km	Orange KT 1+2 Orange KT 1+2 Orange KT 1+2	Gelb FT 3+4 Yellow FT 3+4 Jaune FT 3+4

611 Skilanglaufstadion***Cross-country ski stadium******Stade de ski de fond de fond***

611.1 Für den Stadionbereich gilt grundsätzlich Artikel 320 der IWO.

For the stadium area § 320 of ICR is applicable.

L'article 320 de l' RIS est applicable à l'emplacement du stade.

611.2 Ergänzende Bestimmungen der WMA:

Additional decisions of the WMA:

Voir les décisions de la WMA :

611.2.1 Der Massenstartbereich für die Einzelwettbewerbe muss eine Mindestbreite von 30 m aufweisen.

For all individual races the area of the mass start has to be at least 30 m wide.

Pour tous les départs en masse des courses individuelles, prévoir au moins une largeur de 30 mètres de la zone.

- 611.2.2 Zwischen dem Startbereich und der Skimarkierung muss ein zusätzlicher Platz für ca. 120-150 Wettkämpfer zur Verfügung stehen.

Between the areas of the mass start and the ski marking additional room for about 120-150 racers has to be provided.

Prévoir en outre entre la zone de départ et les balisages un espace supplémentaire pour environ 120 à 150 compétiteurs.

- 611.3 Wachsräume oder -hütten mit elektrischen Anschlüssen müssen für die Nationen in der Nähe des Stadions zur Verfügung stehen.

Close by the stadium cabins or tents with electric devices should be made available to the various nations for ski waxing.

A proximité du stade devront être prévus des vestiaires ou des tentes disposant des alimentations électriques et mises à disposition des pays participant pour le fartage des skis.

- 611.4 Für die Deponierung der Wärmekleidung (auch Skimaterial) müssen heizbare Räume (auch Zelte) den einzelnen Nationen entsprechend ihrer Teilnehmerzahl zur Verfügung stehen.

According to their number of participants heated rooms (or tents) have to be provided to the various nations for placing of warm-up clothes and skiing material.

Pour le remisage des vêtements chauds et des équipements de ski, des pièces (ou tentes) chauffées devront être mises à disposition de chacun des pays, selon le nombre de participants .

- 612 **Laufstil / Startmöglichkeiten eines Teilnehmers:**
Technique / Starting possibilities of competitors:
Style / Types de départ possibles des participants:

- 612.1 **Einzelwettkämpfe**
Individual competitions
Épreuves individuelles

Alle Distanzen können in sämtlichen Altersklassen entweder in klassischer oder freier Technik gelaufen werden. Ein Teilnehmer darf nur an maximal drei Einzelwettkämpfen starten.

All distances in all age classes may be skied in either classical or free technique. A competitor may only participate in three individual races.

Chacune des distances doit être parcourue soit en technique classique, soit en technique libre. Un participant ne pourra prendre part qu'à trois épreuves individuelles au maximum.

613 **Staffelwettkämpfe**
Relays
Épreuves de relais

613.1 **Grundregeln:**
Basic Rules:
Règles de base:

613.1.1 Jede Nation kann pro Altersklasse nur eine Staffel melden.
Each country may enter only one team in each age class.
Chaque pays ne pourra présenter qu'une seule équipe par catégorie d'âge.

613.1.2 Staffelteilnehmer müssen für die Einzelwettkämpfe registriert sein.
Competitors have to be registered for individual competitions.
Les compétiteurs devront être inscrits aux épreuves individuelles.

614 **Staffel Anmeldung**
Entries Relays
Inscriptions aux relais

614.1 Meldung der Staffeln und deren Zusammensetzungen müssen die Unterschrift des Nationalen Direktors der WMA aufweisen.

Team entry forms and lists must carry an endorsement (signature) from the relevant WMA National Director.

Les inscriptions des équipes et leur composition devront recevoir la signature de leur Directeur National WMA.

614.2 Es können bis zu 6 Wettkämpfer pro Staffel benannt werden. Der Anmeldeschluss wird an der Wettkampfsitzung des 3. Wettkampftages bekannt gegeben. Zwei Stunden vor dem Start sind die Namen der vier tatsächlich laufenden Wettkämpfer und ihre Laufreihenfolge dem Veranstalter zu melden. Änderungen sind anschließend nicht gestattet.

Six competitors may be nominated for each team. During the Team Captains' Meeting on the 3rd competition day, the deadline for the entry will be announced. Two hours before the start the names of the 4 competitors and their starting order must be delivered to the Organiser and cannot be changed anymore.

Six participants au maximum devront avoir été désignés pour chaque équipe. La clôture des inscriptions aura lieu au cours de l'a réunion des capitaines d'équipe prévue le 3^{ème} Jour de la compétition.

615 **Zusammensetzung der Staffeln**
Composition of the Relays
Composition des relais

615.1 **Damen**
Von einer höheren Klasse können maximal zwei Läuferinnen in eine niedrigere Klasse wechseln.

Women

It is allowed that max. two racers can go down into any lower class.

Dames

Seules deux participantes (au maximum) d'une catégorie supérieure peuvent être intégrées dans une catégorie inférieure.

615.2

Herren

Von einer höheren Klasse können maximal zwei Läufer in eine niedrigere Klasse wechseln.

Men

It is allowed that max. two racers can go down into any lower class.

Messieurs

Seules deux participants (au maximum) d'une catégorie supérieure peuvent être intégrés dans une catégorie inférieure.

615.3

Gemischte Staffeln***Mixed relay teams******Équipes mixtes de relais***

615.3.1

Eine gemischte Staffel kann nur starten, wenn die jeweilige Nation keine reine Staffel stellen kann.

Mixed teams are allowed to start if a nation has not enough competitors to form its own relay team.

Des équipes mixtes de relais peuvent prendre le départ au cas où le nombre suffisant de compétiteurs d'une nation ne peut être réuni.

615.3.2

Die Zusammensetzung der gemischten Staffeln erfolgt gemäß Artikel 615.1 und 615.2. Damen und Herren laufen in getrennten Staffeln.

Composition of mixed relay teams is stipulated in § 615.1 and 615.2

La composition des relais mixtes s'effectue dans les conditions des articles 615.1 et 615.2

615.3.3

Gemischte Staffeln werden klassiert, sind jedoch nicht medaillenberechtigt.

Mixed teams will become ranked in the result list, but will not receive any medals.

Les équipes mixtes sont classées, mais leurs résultats n'ouvrent pas droit aux médailles.

616

Weitere Wettkämpfe während des Masters World Cups sind nicht zulässig.

Holding additional events during a Masters World Cup is prohibited.

La tenue d'autres compétitions n'est pas autorisée pendant la durée de la coupe mondiale des Vétérans (MWC).

617	Startnummern Einzelwettkämpfe <i>Starting numbers Individual competitions</i> Dossards des épreuves individuelles	
617.1	Die Grundfarben der Startnummern: <i>The background colours of competitors' starting numbers:</i> <i>Couleur de fond des dossards des compétiteurs:</i>	
617.1.1	Herren (30-74 Jahre) <i>Men (aged 30-74), Messieurs (30-74 ans)</i>	Blau / Blue / Bleu
617.1.2	Herren (75 Jahre und älter) <i>Men (aged 70 and above)</i> <i>Messieurs (75 ans et plus)</i>	Grün / Green / Vert
617.1.3	Damen (30-69 Jahre) <i>Women (aged 30-69), Dames (30-69 ans)</i>	Blau / Blue / Bleu
617.1.4	Damen (70 Jahre und älter) <i>Women (aged 70 and above),</i> <i>Dames (70 ans et plus)</i>	Grün / Green / Vert
618	Nummerierung der Startnummern - Einzelwettkämpfe <i>Starting number sequences - Individual competition</i> <i>Numérotation des dossards - Épreuves individuelles</i>	
618.1	Damen (30-69 Jahre) <i>Women (aged 30-69)</i> <i>Dames (30-60 ans)</i>	Blaue Grundfarbe <i>Blue background</i> <i>Fond bleu</i>
618.1.1	30-34 Jahre / <i>30-34 years of age / 30-34 ans</i>	100 - 199
618.1.2	35-39 Jahre / <i>35-39 years of age / 35-39 ans</i>	200 - 299
618.1.3	40-44 Jahre / <i>40-44 years of age / 40-44 ans</i>	300 - 399
618.1.4	45-49 Jahre / <i>45-49 years of age / 45-49 ans</i>	400 - 499
618.1.5	50-54 Jahre / <i>50-54 years of age / 50-54 ans</i>	500 - 599
618.1.6	55-59 Jahre / <i>55-59 years of age / 55-59 ans</i>	600 - 699
618.1.7	60-64 Jahre / <i>60-64 years of age / 60-64 ans</i>	700 - 799
	65-69 Jahre / <i>65-69 years of age / 65-69 ans</i>	800 - 899
618.2	Damen (70 Jahre und älter) <i>Women (aged 70 and above)</i> <i>Dames (70 ans et plus)</i>	Grüne Grundfarbe <i>Green background</i> <i>Fond vert</i>
618.2.1	70-74 Jahre / <i>70-74 years of age / 70-74 ans</i>	900 - 949
618.2.2	75-79 Jahre / <i>75-79 years of age / 75-79 ans</i>	950 - 969
618.2.3	80 Jahre und älter / <i>80 years and above /</i> <i>80 ans et plus</i>	970 - 990
618.3	Herren (30-74 Jahre) <i>Men (aged 30-74)</i> <i>Messieurs (30 - 74 ans)</i>	Blau <i>Blue</i> <i>Bleu</i>
618.3.1	30-34 Jahre / <i>30-34 years of age / 30-34 ans</i>	1000 - 1999
618.3.2	35-39 Jahre / <i>35-39 years of age / 35-39 ans</i>	2000 - 2999
618.3.3	40-44 Jahre / <i>40-44 years of age / 40-44 ans</i>	3000 - 3999

618.3.4	45-49 Jahre / <i>45-49 years of age</i> / 45-49 ans	4000 - 4999
618.3.5	50-54 Jahre / <i>50-54 years of age</i> / 50-54 ans	5000 - 5999
618.3.6	55-59 Jahre / <i>55-59 years of age</i> / 55-59 ans	6000 - 6999
618.3.7	60-64 Jahre / <i>60-64 years of age</i> / 60-64 ans	7000 - 7999
618.3.8	65-69 Jahre / <i>65-69 years of age</i> / 65-69 ans	8000 - 8599
618.3.9	70-74 Jahre / <i>70-74 years of age</i> / 70-74 ans	8600 - 8999
618.4	Herren (75 Jahre und älter) <i>Men (aged 75 and above)</i> Messieurs (75 ans et plus)	Grüne Grundfarbe <i>Green background</i> Fond vert
618.4.1	75-79 Jahre / <i>75-79 years of age</i> / 75-79 ans	9000 - 9599
618.4.2	80-84 Jahre / <i>80-84 years of age</i> / 80-84 ans	9600 - 9699
618.4.3	85 Jahre und älter / <i>aged 85 and above</i> / 85 ans et plus	9700 - 9799

619 Startnummern Staffeln
Starting number relays
Dossards des relais

619.1 Die Startnummern müssen folgende Farben aufweisen:
Colours of numbers:
Separate colours shall be used for the start numbers for each relay section:
Les couleurs suivantes doivent être utilisées pour les numéros de départ:

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 1. Teilstrecke / <i>1st section</i> / 1er parcours | = rot / <i>red</i> / rouge |
| 2. Teilstrecke / <i>2nd section</i> / 2ème parcours | = grün / <i>green</i> / vert |
| 3. Teilstrecke / <i>3rd section</i> / 3ème parcours | = gelb / <i>yellow</i> / jaune |
| 4. Teilstrecke / <i>4th section</i> / 4ème parcours | = blau / <i>blue</i> / bleu |

620 Nummerierung der Startnummern (Staffel)
Starting number sequences (Relays)
Numérotation des dossards pour les relais

620.1	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 01	30 - 34 Jahre / <i>years</i> / ans	100 - 120
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 02	35 - 39 Jahre / <i>years</i> / ans	200 - 220
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 03	40 - 44 Jahre / <i>years</i> / ans	300 - 320
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 04	45 - 49 Jahre / <i>years</i> / ans	400 - 420
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 05	50 - 54 Jahre / <i>years</i> / ans	500 - 520
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 06	55 - 59 Jahre / <i>years</i> / ans	600 - 620
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 07	60 - 64 Jahre / <i>years</i> / ans	700 - 720
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 08	65 - 69 Jahre / <i>years</i> / ans	800 - 820
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 09	70 - 74 Jahre / <i>years</i> / ans	900 - 920
	Herren / <i>Men</i> / Messieurs 10	75 Jahre und älter / <i>years and above</i> / ans et +	950 - 960
620.2	Damen / <i>Women</i> / Dames 01	30 - 39 Jahre / <i>years</i> / ans	10 - 19
	Damen / <i>Women</i> / Dames 02	40 - 49 Jahre / <i>years</i> / ans	20 - 29
	Damen / <i>Women</i> / Dames 03	50 - 59 Jahre / <i>years</i> / ans	30 - 39
	Damen / <i>Women</i> / Dames 04	60 Jahre und älter / <i>years and above</i> / ans et +	40 - 49

621

Programm / *Programme* / *Programme*

Tag <i>Day</i> Jour	Strecken <i>Distances</i> Distances		Stil <i>Technique</i> Style	Alterskategorie <i>Categories</i> Catégories d'âge
1. Tag <i>1st day</i> <i>1er jour</i>	Offizielles Training <i>official training</i> <i>Entraînement officiel</i>			
2. Tag <i>2nd day</i> <i>2ème jour</i>	Offizielles Training und Eröffnungsfeier <i>official training and Opening Ceremony</i> <i>Entraînement officiel et cérémonie d'ouverture</i>			
3. Tag <i>3rd day</i> <i>3ème jour</i>	30 km 15 km 10 km 15 km 10 km	F F F F F	Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i>	01 - 06 07 - 09 10 - 11 01 - 08 09 - 12
4. Tag <i>4th day</i> <i>4ème jour</i>	30 km 15 km 10 km 15 km 10 km	K K K K K	Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i>	01 - 06 07 - 09 10 - 12 01 - 08 09 - 12
5. Tag <i>5th day</i> <i>5ème jour</i>	10 km 5 km 10 km 5 km	F F F F	Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i>	01 - 08 09 - 12 01 - 09 10 - 12
5. Tag <i>5th day</i> <i>5ème jour</i>	10 km 5 km 10 km 5 km	K K K K	Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i>	01 - 08 09 - 12 01 - 09 10 - 12
6. Tag <i>6th day</i> <i>6ème jour</i>	Ruhetag <i>Rest day</i> <i>Journée de repos</i>			
7. Tag <i>7th day</i> <i>7ème jour</i>	Staffelläufe / <i>Relays</i> / <i>Relais</i> : 4 x 5 km 4 x 5 km	K/F K/F	Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i>	01 - 10 01 - 04
8. Tag <i>8th day</i> <i>8ème jour</i>	45 km 30 km 30 km 15 km 15 km	F F F F F	Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i>	01 - 06 07 - 09 01 - 08 10 - 12 09 - 12
9. Tag <i>9th day</i> <i>9ème jour</i>	45 km 30 km 30 km 15 km 15 km	K K K K K	Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i> Herren / <i>Men</i> / <i>Messieurs</i> Damen / <i>Women</i> / <i>Dames</i>	01 - 06 07 - 09 01 - 08 10 - 12 09 - 12
	Schlussfeier mit Bankett <i>Closing Ceremony with Banquet</i> <i>Cérémonie de clôture et Banquet</i>			

- 621.1 Der endgültige Zeitplan wird bei Erstellung des Programmheftes in Abstimmung mit der WMA festgelegt.

Final time schedule will be worked out between O.C. and the WMA and published in the program.

Les horaires définitifs ainsi que le programme seront déterminés en accord avec la WMA.

- 621.2 **Jährlicher Laufstilwechsel:**
Yearly change of technique:
Modifications annuelles de style:

In den ungeraden Jahren, z.B. 2005, werden am 1. Wettkampftag die Wettkämpfe in freier Technik stattfinden, am 2. Wettkampftag in klassischer Technik.

In den geraden Jahren, z.B. 2006, werden die Wettkämpfe am 1. Wettkampftag in klassischer Technik und am 2. Wettkampftag in freier Technik stattfinden.

Gleiche Regelung gilt für den 5. und 6. Wettkampftag.

Am 3. Wettkampftag finden die Wettkämpfe vormittags in der klassischen und nachmittags in der freien Technik statt.

In uneven years, e.g. 2005, the competitions on the 1st competition day will be skied in free technique, on the 2nd competition day in classical technique.

In even years, e.g. 2006, the competitions on the 1st competition day will be skied in classical technique, on the 2nd competition day in free technique.

Same procedure for the 5th and 6th competition days.

On the 3rd competition day the competition in the morning will be in classical technique and in the afternoon in free technique.

Toutes les années impaires, par ex. 2005, le 1^{er} jour des épreuves s'effectueront en style libre et le jour suivant en style classique.

Toutes les années paires, par ex. 2006, le 1^{er} jour des épreuves s'effectueront en style classique et le jour suivant en style libre.

Le même règlement s'applique aux 5^{ème} et 6^{ème} jours.

Le 3^{ème} jour, les épreuves du matin s'effectueront en style classique et l'après-midi en style libre.

Änderungen bleiben der Jury vorbehalten.

Changes are subject to permission of the Jury.

Toute modification doit obtenir l'accord du jury.

- 622 **Zeitlimite**
Time limits
Limites de temps

- 622.1 Die WMA, Organisatoren und Jury behalten sich das Recht vor, je nach Teilnehmerzahlen, Wetter usw. bei den langen Distanzen Zeitlimite zu setzen.

The WMA, the Organizers and the Jury reserve the right to impose time limits for longer distances, depending on the number of competitors, weather conditions etc.

La WMA, les organisateurs et le jury se réservent le droit de fixer des limites de temps pour les plus longues distances en fonction du nombre de participants, des conditions climatiques, etc.

623 Disqualifikation von Teilnehmern
Disqualification of participants
Disqualification des participants

Das OK ist verpflichtet, die festgelegten Disqualifikationsmaßnahmen den Teilnehmern vor Beginn eines Masters World Cups auszuhändigen.

O.C. has the obligation to provide all participations with disqualification penalties prior to the beginning of a Masters World Cup.

Le comité d'organisation (C.O.) a l'obligation de communiquer aux participants les règlements des disqualifications avant le début des épreuves de la coupe mondiale des Vétérans (MWC).

623.1 Falsche Altersangabe
Lying about age
Tricheries sur l' âge

Teilnehmer, die ihr Alter falsch melden, werden für zwei Jahre ab dem Datum der Entdeckung des Vergehens gesperrt. Preise und Plaketten müssen zurückgegeben werden.

Competitors lying about their age shall be banned for two years from the date of discovery of the fraud. Prizes and medals have to be returned.

Les participants qui tricheraient sur leur âge, se verraient affliger une interdiction de participation pour une durée de deux ans à compter de la découverte du fait. Prix et médailles devront être restitués.

623.2 Falscher Laufstil bei klassischen Wettkämpfen:
 Disqualifikation für den betreffenden Wettkampf

Skating during classical competitions:
Disqualification for the referring race

Utilisation du pas de patineur pendant les épreuves en pas alternatif :
Disqualification de l'épreuve en cours

623.3 Missachtung der Internationalen Wettkampfbregeln (IWO):
 bei z.B. Skiwechsel, Abkürzen/Verlassen der Strecke, Hilfe beim Wachsen durch Dritte erfolgt die Disqualifikation für den jeweiligen Wettkampf.

Infringements against the International Competition Rules (ICR):

In the case of changing skis, short cutting/ leaving the course, accepting help from third parties for waxing etc., the racer will be disqualified for the current race.

Non observation des règlements des compétitions internationales (RIS):

Changement de skis, utilisation de raccourcis/, abandon du parcours, aide au fartage par un tiers, etc., entraîne la disqualification du compétiteur de l'épreuve en cours.

- 623.4 Während eines klassischen Wettkampfes ist nicht startenden Teilnehmern das Skaten strikt untersagt. Teilnehmer, die dieses Verbot missachten, erhalten keine Startberechtigung für ihren nächsten Wettkampf.

For the racers in free technique it is totally forbidden to skate in the classical tracks. Racers, who don't pay attention to these rules, will have no start permission for their next competition. .

Au cours d'une épreuve se déroulant en style classique, il est totalement interdit de patiner. Il est aussi interdit aux compétiteurs en style libre de patiner sur les traces prévues pour le style classique. Ceci entraînera la disqualification de l'épreuve en cours.

- 623.5 Jeder Wettkämpfer ist verpflichtet, bei Aufforderung des hinter ihm liegenden Läufers die Spur sofort freizugeben. Bei wiederholtem Verstoß kann es zur Disqualifikation kommen.

Racers are obliged to leave the track for racers who would like to pass. If this obligation isn't respected at several times, the racer can be disqualified.

Les compétiteurs sont tenus de quitter les traces pour laisser passer les autres coureurs manifestant l'intention de les dépasser. La répétition du non respect de cette règle entraînera la disqualification.

624 **Doping-Kontrollen / Doping Controls / Contrôles anti-dopage**

Die WMA erlaubt Doping-Kontrollen beim Masters World Cup.
Es gelten die Disqualifikationsmaßnahmen der FIS

*WMA allows doping tests at Masters World Cups.
Disqualification sanctions of FIS are applicable.*

La WMA autorise les contrôles anti-dopage au cours de la coupe mondiale des Vétérans (MWC). Les mesures de disqualification de la FIS sont applicables.

625 **Pflichtenheft mit Zeitplan / Requirement specification – Time schedule Cahier des Charges et horaires**

Das Pflichtenheft der WMA für die Vorbereitung und Durchführung des Masters World Cups ist für die Organisatoren verbindlich.

The WMA requirement specification for preparing and conducting the Masters World Cup is binding for the Organizers.

Le cahier des charges de la WMA pour la préparation et l'exécution de la coupe mondiale des Vétérans (MWC) doit obligatoirement être observé par les organisateurs.