



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



THE WORLD MASTERS CROSS-COUNTRY SKI ASSOCIATION

Wettkampfordnung - Masterswettkämpfe
- gültig ab 2015 -

Rules of Competition for Masters Events
- valid as of 2015 -

**Règlement des Compétitions
pour les Championnats Vétérans**
- valables à partir de 2015 -

FEBRUAR/FEBRUARY 2012- REVISED OCTOBER, 2014 -

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 Staffelwettkämpfe <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> | 18 |
| 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> | 20 |
| 614 | Staffel Anmeldung <i>Entries relays</i> <i>Inscriptions aux relais</i> | 20 |
| 615 | Zusammensetzung der Staffeln <i>Composition of the relays</i> <i>Composition des relais</i> | 21 |
| 616 | Weitere Wettkämpfe <i>Holding additional competitions</i> <i>Autres épreuves</i> | 22 |
| 617 | Startnummern Einzelwettkämpfe <i>Starting numbers individual competitions</i> <i>Dossards des épreuves individuelles</i> | 22 |
| 618 | Nummerierung Startnummern Einzelwettkämpfe <i>Starting number sequences individual competitions</i> <i>Numérotation des dossards des épreuves individuelles</i> | 22 |
| 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> | 24 |
| 621 | Programm / <i>Programme</i> / <i>Programme</i> | 24 |
| 622 | Zeitlimite / <i>Time limits</i> / <i>Limites de temps</i> | 26 |
| 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> | 28 |
| 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* / Principe 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 / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 06 | 55-59 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 601.1.7 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 07 | 60-64 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 601.1.8 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 08 | 65-69 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 601.1.9 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 09 | 70-74 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 601.1.10 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 10 | 75-79 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 601.1.11 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 11 | 80-84 Jahre / <i>80-84 years of age</i> / <i>ans</i> |
| 601.1.12 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 12 | 85 Jahre und älter / <i>years and above</i> / <i>ans et plus</i> |

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

602.1 **Herren / *Men* / *Messieurs***

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

602.2 **Damen / *Women* / *Dames***

| | | |
|---------|---|--|
| 602.2.1 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 01 | 30 - 39 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 602.2.2 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 02 | 40 - 49 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 602.2.3 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 03 | 50 - 59 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 602.2.4 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 04 | 60 - 69 Jahre / <i>years of age</i> / <i>ans</i> |
| 602.2.5 | Klasse / <i>Class</i> / <i>Categorie</i> 05 | 70 Jahre und älter / <i>years and above</i> / <i>ans et plus</i> |

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 règlements 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:

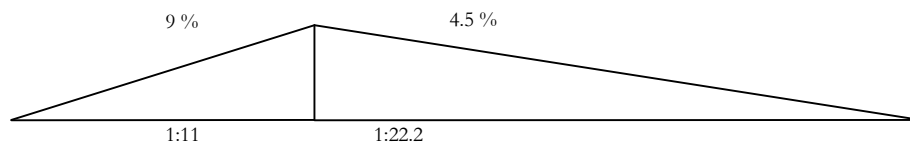
- einem Drittel definierter Anstiege mit einer Steigung zwischen 4.5% (1:22.5) und 9% (1:11) mit Höhenunterschieden über 10 Metern und einigen kürzeren Anstiegen, steiler als 9%.

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 Anstieges 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.

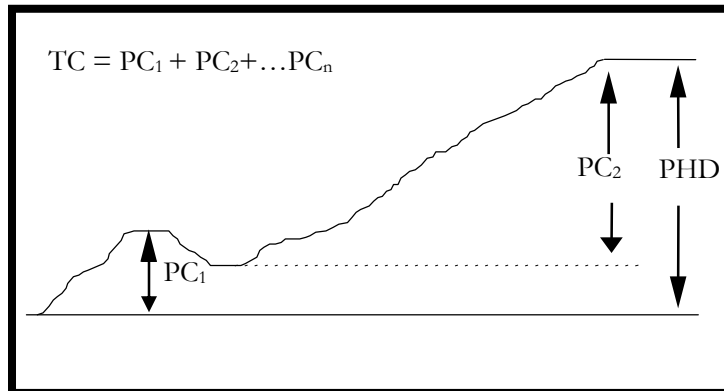
Description of uphills:

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 kuptiertes 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'excédant 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 uphills*
 PC radient > 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) <i>Pente 5-9 %, moyenne 3-6 %</i> | | | Kürzere Anstiege (B) Steigung 5 - 9 % Short uphill (B) <i>Gradient 5 - 9 %</i> Montées courtes (B) <i>Pente 5-9 %</i> | | Steilanstiege / Steep Uphills / 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 uphill (B)*
- **25 – 35% du TC est composé de montées courtes (B)**
- 15 – 35% von TC besteht aus kupierten 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 Die Markierungen der Strecken erfolgt durch Hinweistafeln, Richtungspfeile, Kilometertafeln in den vorgegebenen Farben: siehe Anlage

Course markings must be made with sign-boards, direction arrows and kilometre markers according to the given colour coding: see enclosure

Il devra être utilisé des panneaux de signalisation, des flèches de direction et des panneaux de kilométrage pour marquer l'étape avec les couleurs affectés: regardez l'annexe

| | | | |
|---------|---|--|---|
| 610.1.1 | Herren (30-74 Jahre) <i>Men (aged 30-74)</i> Messieurs (30-74 ans)) | 10 km, 30 km, 45 km <i>10 km, 30 km, 45 km</i> 10 km, 30 km, 45 km | Blau Blue Bleu |
| 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 Green Vert |
| 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, 15km, 30 km</i> 10 km, 15 km, 30 km | Blau Blue Bleu |
| 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 Green Vert |
| 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

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

613.1.2 Jede Nation kann pro Altersklasse eine reguläre, eine X-Staffel oder eine gemischte Staffel melden.
Each nation can register in each age class either a regular team or an X-team or a mixed team.
Chaque pays peut présenter une équipe régulière ou une équipe X ou une équipe mixed par catégorie d'âge.

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

614.1 Meldungen der Staffeln und deren Zusammensetzungen müssen die Unterschrift des Nationalen Direktors der WMA aufweisen.
Für die X-Staffeln muss ein eigenes Meldeformular erstellt und separat vorgelegt werden.

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

For the X relay teams a particular team entry form must be provided and separately presented.

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

Pour les équipes relais X, un formulaire d'inscription spécifique doit être fourni, et présenté séparément.

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 la réunion des capitaines d'équipe prévue le 3^{ème} Jour de la compétition.

615 Zusammensetzung der Staffeln
Composition of the Relays
Composition des relais

615.1.1 Reguläre Staffeln:
 In einer regulären Staffel dürfen maximal 2 Teilnehmer einer Nation in einer niedrigeren Klasse starten.
 Beispiel: Klasse M02 = M02, M02, M04, M07

Regular Relay Teams:
Maximum 2 racers of a nation are allowed to start in a lower age class.
Example: Class M02 = M02, M02, M04, M07

Equipe régulière:
Chaque pays ne pourra inscrire que 2 participants d'une classe d'âge inférieure.
Exemple : Classe M02 = M02, M02, M04, M07

615.1.2 X-Staffeln:
 Wenn eine Nation keine reguläre Staffel nominieren kann, kann eine X-Staffel gemeldet werden.
 Beispiele: Klasse M01 = M01, M02, M04, M08
 Klasse M02 = M02, M04, M05, M05

X-Relay Teams:
If no regular team can be formed, each nation may register one X Relay team.
Examples: Class M01 = M01, M02, M04, M08
 Class M02 = M02, M04, M05, M05

Equipes Relais X:
Si une nation ne peut présenter une équipe régulière, elle pourra présenter une équipe X.
Exemples : Classe M01 = M01, M02, M04, M08
 Classe M02 = M02, M04, M05, M05

615.1.3 Gemischte Staffeln mehrerer Nationen:
 Beispiele: 2 Läufer aus AUS / 2 Läufer aus DEN
 4 Läufer aus 4 verschiedenen Nationen

Mixed Relay teams from different nations:
Examples: 2 racers from AUS / 2 racers from DEN
 4 racers from 4 different nations

Equipes mixed des plusieurs nations:
Exemples : 2 coureurs de AUS / 2 coureurs de DEN
 4 coureurs de différentes nations

- 615.1.4 Medaillenberechtigt sind nur die gemäß 615.1.1 und 615.1.2 gemeldeten Staffeln.
Only regular and X-teams may win the medals.
Seule les équipes régulières et les équipes X ont le 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**
Starting numbers Individual competitions
Dossards des épreuves individuelles
- 617.1 Die Grundfarben der Startnummern:
The background colours of competitors' starting numbers:
Couleur de fond des dossards des compétiteurs:
- 617.1.1 Herren (30-74 Jahre) *Men (aged 30-74), Messieurs (30-74 ans)* **Blau / Blue / Bleu**
- 617.1.2 Herren (75 Jahre und älter) *Men (aged 70 and above)* **Grün / Green / Vert**
Messieurs (75 ans et plus)
- 617.1.3 Damen (30-69 Jahre) *Women (aged 30-69), Dames (30-69 ans)* **Blau / Blue / Bleu**
- 617.1.4 Damen (70 Jahre und älter) *Women (aged 70 and above), Dames (70 ans et plus)* **Grün / Green / Vert**
- 618 Nummerierung der Startnummern - Einzelwettkämpfe**
Starting number sequences - Individual competition
Numérotation des dossards - Épreuves individuelles
- 618.1 Damen (30-69 Jahre) *Women (aged 30-69)* **Blaue Grundfarbe**
Dames (30-60 ans) *Blue background*
Fond bleu
- 618.1.1 30-34 Jahre / *30-34 years of age / 30-34 ans* 100 - 199
- 618.1.2 35-39 Jahre / *35-39 years of age / 35-39 ans* 200 - 299
- 618.1.3 40-44 Jahre / *40-44 years of age / 40-44 ans* 300 - 399
- 618.1.4 45-49 Jahre / *45-49 years of age / 45-49 ans* 400 - 499
- 618.1.5 50-54 Jahre / *50-54 years of age / 50-54 ans* 500 - 599
- 618.1.6 55-59 Jahre / *55-59 years of age / 55-59 ans* 600 - 699
- 618.1.7 60-64 Jahre / *60-64 years of age / 60-64 ans* 700 - 799
- 65-69 Jahre / *65-69 years of age / 65-69 ans* 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</i> / 70-74 ans | 900 - 949 |
| 618.2.2 | 75-79 Jahre / <i>75-79 years of age</i> / 75-79 ans | 950 - 969 |
| 618.2.3 | 80 Jahre und älter / <i>80 years and above</i> / 80 ans et plus | 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</i> / 30-34 ans | 1000 - 1999 |
| 618.3.2 | 35-39 Jahre / <i>35-39 years of age</i> / 35-39 ans | 2000 - 2999 |
| 618.3.3 | 40-44 Jahre / <i>40-44 years of age</i> / 40-44 ans | 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> <i>Messieurs (75 ans et plus)</i> | Grüne Grundfarbe <i>Green background</i> <i>Fond vert</i> |
| 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 <i>Starting number relays</i> Dossards des relais | |
| 619.1 | Die Startnummern müssen folgende Farben aufweisen: <i>Colours of numbers:</i> <i>Separate colours shall be used for the start numbers for each relay section:</i> <i>Les couleurs suivantes doivent être utilisées pour les numéros de départ:</i> | |
| | 1. Teilstrecke / <i>1st section</i> / 1er parcours | = rot / <i>red</i> / <i>rouge</i> |
| | 2. Teilstrecke / <i>2nd section</i> / 2ème parcours | = grün / <i>green</i> / <i>vert</i> |
| | 3. Teilstrecke / <i>3rd section</i> / 3ème parcours | = gelb / <i>yellow</i> / <i>jaune</i> |
| | 4. Teilstrecke / <i>4th section</i> / 4ème parcours | = blau / <i>blue</i> / <i>bleu</i> |

620 Nummerierung der Startnummern (Staffel)

Starting number sequences (Relays)

Numérotation des dossards pour les relais

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

621 Programm / *Programme / Programmes*

| 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 | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 01 - 06 |
| | 15 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 07 - 09 |
| | 10 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 10 - 12 |
| | 15 km | F | Damen / <i>Women / Dames</i> 01 - 08 |
| | 10 km | F | Damen / <i>Women / Dames</i> 09 - 12 |
| 4. Tag <i>4th day</i> <i>4ème jour</i> | 30 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 01 - 06 |
| | 15 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 07 - 09 |
| | 10 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 10 - 12 |
| | 15 km | K | Damen / <i>Women / Dames</i> 01 - 08 |
| | 10 km | K | Damen / <i>Women / Dames</i> 09 - 12 |
| 5. Tag <i>5th day</i> <i>5ème jour</i> | 10 km | F | Damen / <i>Women / Dames</i> 01 - 08 |
| | 5 km | F | Damen / <i>Women / Dames</i> 09 - 12 |
| | 10 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 01 - 09 |
| | 5 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> 10 - 12 |

| | | | | |
|---------------------------|---|-----|---------------------------------|---------|
| 5. Tag | 10 km | K | Damen / <i>Women / Dames</i> | 01 - 08 |
| <i>5th day</i> | 5 km | K | Damen / <i>Women / Dames</i> | 09 - 12 |
| 5 ^{ème} jour | 10 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 01 - 09 |
| | 5 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 10 - 12 |
| 6. Tag | Ruhetag | | | |
| <i>6th day</i> | <i>Rest day</i> | | | |
| 6 ^{ème} jour | <i>Journée de repos</i> | | | |
| 7. Tag | Staffelläufe / <i>Relays / Relais</i> : | | | |
| <i>7th day</i> | 4 x 5 km | K/F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 01 - 10 |
| 7 ^{ème} jour | 4 x 5 km | K/F | Damen / <i>Women / Dames</i> | 01 - 04 |
| 8. Tag | 45 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 01 - 06 |
| <i>8th day</i> | 30 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 07 - 09 |
| 8 ^{ème} jour | 30 km | F | Damen / <i>Women / Dames</i> | 01 - 08 |
| | 15 km | F | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 10 - 12 |
| | 15 km | F | Damen / <i>Women / Dames</i> | 09 - 12 |
| 9. Tag | 45 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 01 - 06 |
| <i>9th day</i> | 30 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 07 - 09 |
| 9 ^{ème} jour | 30 km | K | Damen / <i>Women / Dames</i> | 01 - 08 |
| | 15 km | K | Herren / <i>Men / Messieurs</i> | 10 - 12 |
| | 15 km | K | Damen / <i>Women / Dames</i> | 09 - 12 |

Schlussfeier mit Bankett
Closing Ceremony with Banquet
Cérémonie de clôture et Banquet

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 Wettkampfregele (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 da 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.