



Oficjalne Przepisy Sportowe Olimpiad Specjalnych

ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

WERSJA: Lipiec 2016 | © Special Olympics, Inc., 2016 | Wszelkie Prawa Zastrzeżone

www.OlimpiadySpecjalne.pl



ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

1. PRZEPISY REGULUJĄCE

Jako międzynarodowy program sportowy Olimpiady Specjalne są zobowiązane do przeprowadzania wszystkich zawodów zgodnie z przepisami Międzynarodowej Unii Łyżwiarskiej (International Skating Union, w skrócie ISU) oraz Polskiego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego (PZŁS). Podczas rozgrywania zawodów Olimpiad Specjalnych w łyżwiarstwie szybkim należy stosować przepisy ISU lub przepisy PZŁS za wyjątkiem przypadków, kiedy stoją one w sprzeczności z Oficjalnymi Przepisami Sportowymi Olimpiad Specjalnych. Należy wtedy stosować Oficjalne Przepisy Sportowe Olimpiad Specjalnych i odnosić się do Artykułu I.

2. KONKURENCJE OFICJALNE

Zakres tych konkurencji został pomyślany tak, aby mogli w nich startować zawodnicy z każdego poziomu sprawności. Program oferuje opis konkurencji oraz, jeśli to potrzebne, wskazówki do prawidłowego przeprowadzania treningów. Trenerzy są zobowiązani do dobrania odpowiedniego poziomu sprawności dla każdego zawodnika adekwatnie do jego zaangażowania i zainteresowania.

Poniżej znajduje się lista oficjalnych konkurencji w łyżwiarstwie szybkim rozgrywanych na zawodach Olimpiadach Specjalnych:

2.1. Konkurencje rozgrywane na torze 111-metrowym:

- 2.1.1. Wyścig na 25 m po prostej
- 2.1.2. Wyścig na 55 m na połowie okrążenia
- 2.1.3. Bieg na 111 m
- 2.1.4. Bieg na 222 m
- 2.1.5. Bieg na 333 m
- 2.1.6. Bieg na 500 m
- 2.1.7. Bieg na 777 m
- 2.1.8. Bieg na 1000 m
- 2.1.9. Bieg na 1500 m
- 2.1.10. Sztafeta na 3000 m
- 2.1.11. Sztafeta zunifikowana na 3000 m

2.2. Wszystkie konkurencje będą przeprowadzane w formacie „short-track”.

3. OBIEKTY SPORTOWE

3.1. Tor

- 3.1.1. Tor powinien zostać usytuowany na lodowisku o minimalnej długości 56,38 m i minimalnej szerokości 25,90 m.
- 3.1.2. Wymiary toru powinny odpowiadać wymiarom przedstawionym na rysunku A. Jeśli obiekt jest wyposażony w tor o długości okrążenia 111m (rysunek B), taki tor może być wykorzystywany do zawodów w łyżwiarstwie szybkim. W sprawozdaniu z zawodów musi znajdować się informacja na jakiej długości torze były rozgrywane zawody. Jeśli używamy lodowiska o długości okrążenia 111 to wówczas należy modyfikować dystanse w następujący sposób:
 - 3.1.2.1. 1 okrążenie = 111 m,
 - 3.1.2.2. 3 okrążenia = 333 m,
 - 3.1.2.3. 500 m = 4.5 okrążenia,
 - 3.1.2.4. 777 m = 7 okrążeń,
 - 3.1.2.5. 1000 m = 9 okrążeń,

3.1.2.6. 1500 m = 13.5 okrążeń,

3.1.2.7. 3000m= 27 okrążeń.

3.1.3. Środek toru powinien być zawsze umieszczony na środku lodowiska.

3.2. Linie startu i mety

3.2.1. Linie startu i mety powinny być wyraźnie zaznaczone kolorowymi liniami prostopadłymi do toru i nie szerszymi niż 2 cm. Podczas rozgrywania konkurencji nie wolno umieszczać niczego na lodzie, nad lub na trasie biegu; wyjątek stanowią znaczniki (pachołki).

3.3. Materace ochronne

3.3.1. Materace ochronne muszą być używane podczas wszystkich zawodów i treningów. Bariery wokół lodowiska powinny być osłonięte materacami od początku wirażu do środka prostej po wyjściu z wirażu. Wzdłuż zewnętrznej bariery materace powinny być podwójnej grubości (zobacz rysunek). Materace powinny być przymocowane do bariery w taki sposób, żeby opierały się swoim ciężarem na tafli. Materace powinny być wykonane z materiału, który zminimalizuje ilość zanieczyszczeń mogących nagromadzać się na tafli w wyniku ich użycia. Na otwartych i nieograniczonych lodowiskach, gdzie nie ma band, nie wymaga się stosowania materaców ochronnych, ale takie tory muszą być wyposażone w odpowiednie zabezpieczenia, chroniące zawodnika przed ewentualnym zderzeniem z nieruchomymi obiektami wokół lodowiska np. z drzewami.

3.4. Plan toru

3.4.1. Umieszczenie linii startu i mety dla wyścigów na torze o długości 111.12 m jest pokazane na rysunku A.

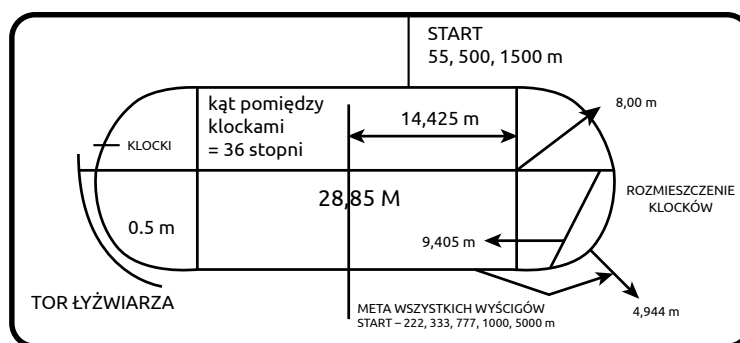
3.4.2. Bieg na 25 m powinien być oznaczony jako bieg po prostej z jednego końca lodowiska na drugi. Start biegu na 55-metrów (połowa okrążeń) ma znajdować się w połowie okrążeń, dokładnie naprzeciwko linii mety wszystkich pozostałych wyścigów.

3.4.3. Wyznaczając alternatywny tor linia startowa na powrotnym odcinku musi być również przesuwana razem z torem.

3.4.4. Wszystkie ustawienia toru biegu mają być dokonane od linii środka lodowiska.

3.5. Rysunek A

Tor o długości okrążeń 111 metrów



4. SPRZĘT

4.1. Stroje i ochraniacze

4.1.1. W czasie jazdy wszyscy łyżwiarze szybcy mają obowiązek noszenia strojów z długimi rękawami, nakolanników, nagolenników, odpornych na przecięcia ochraniaczy na szyję, rękawic ochronnych.

4.1.2. Nałokietniki są wyposażeniem dodatkowym i nie są obowiązkowe.



4.2. Kaski

- 4.2.1. Wszyscy zawodnicy muszą mieć na sobie twardy kask ochronny posiadający osłonę na podbródek. Łyżwiarz nie może nosić kasku, który nie jest zgodny z przepisami.
- 4.2.2. Zawodnikowi nie wolno nosić kasku, który ma nieregularny kształt i ma zagłębienia mogące stanowić zahaczenie dla ostrza lub ma otwory na tyle duże, żeby do środka mogło wejść ostrze.

4.3. Łyżwy do jazdy szybkiej

- 4.3.1. W miarę możliwości, wszyscy łyżwiarze szybcy powinni posiadać łyżwy do jazdy szybkiej.
- 4.3.2. Jeżeli łyżwy takie nie są dostępne to można używać łyżew do hokeja.
- 4.3.3. Łyżwy z ruchomą płozą (tzw. klapy) nie mogą być używane.

4.4. Numery startowe

- 4.4.1. Jeśli dostępne są numery zakładane na kaski to powinny być umieszczone po obu ich stronach.
- 4.4.2. Jeżeli numery zakładane na kaski nie są dostępne, zawodnicy muszą nosić materiałowe bądź papierowe numery umieszczone na środku pleców.
- 4.4.3. Jeżeli dostępne są numery w formie naklejek należy je przykleić po obydwóch stronach kasku.

4.5. Oznaczenia toru

- 4.5.1. Tor należy oznaczyć ruchomymi klockami z gumy lub innego podobnego materiału.
- 4.5.2. Ilość klocków powinna być wystarczająca do wyraźnego oznaczenia toru.
- 4.5.3. Do wyznaczenia każdego łuku należy użyć 7 klocków, a odległość pomiędzy co drugim klockiem powinna odpowiadać długości promienia łuku (rysunek A).
- 4.5.4. W żadnym wypadku nie należy używać klocków, które ze względu na wagę czy rozmiar lub przymocowanie do lodu nie będą mogły przesuwać się, jeżeli zostaną uderzone przez zawodnika. Aby klocki nie przewracały się po uderzeniu, ich wysokość nie powinna przekraczać 5,08 cm.
- 4.5.5. Pachołki są zbyt wysokie, i dlatego nie mają zastosowania w tej dyscyplinie.

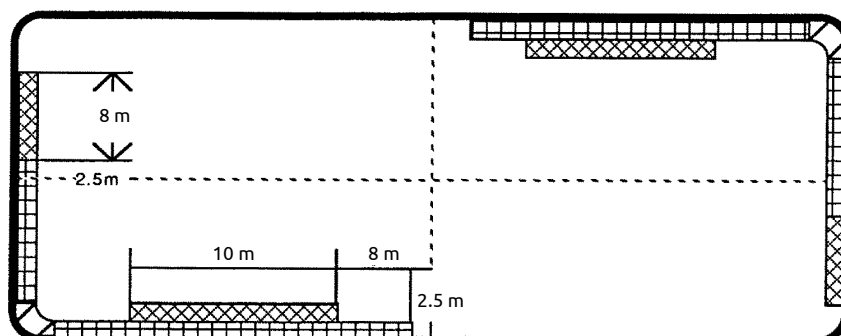
4.6. Sprzęt startowy

- 4.6.1. Jako sygnał startowy we wszystkich biegach powinien być używany wystrzał pistoletu startowego.
- 4.6.2. Dla zawodników niesłyszących należy wykorzystać sygnalizację przez opuszczenie uniesionej ręki lub flagi wraz z jednoczesnym wystrzałem z pistoletu startowego.

4.7. Położenie mat ochronnych

Rysunek B

Położenie mat ochronnych





5. OBSŁUGA ZAWODÓW

- 5.1. Dyrektor zawodów
- 5.2. Steward zawodów
- 5.3. Sędzia foto-finish
- 5.4. Sędziowie mierzący czas
- 5.5. Sędziowie liniowi (na mecie)
- 5.6. Sędzia główny, asystenci
- 5.7. Sędzia liczący okrążenia
- 5.8. Starter i asystent startera
- 5.9. Stewardzi toru i zawodników
- 5.10. Personel medyczny
- 5.11. Spiker

6. ZASADY ROZGRYWANIA ZAWODÓW

6.1. Zasady ogólne i modyfikacje

- 6.1.1. Wszyscy zawodnicy rozpoczynają bieg w pozycji z łyżwami poza linią startu.
- 6.1.2. Koniec biegu zawodnika następuje w momencie, gdy jedna z jego łyżew przekroczy linię mety po wykonaniu odpowiedniej liczby okrążeń.
- 6.1.3. Starter powinien jak najbardziej ułatwić zawodnikom udział w biegu poprzez:
 - 6.1.3.1. Danie zawodnikom wystarczająco dużo czasu na ustawienie się i uzyskanie równowagi na łyżwach.
 - 6.1.3.2. Powtórzenie startu, jeżeli któryś z zawodników straci równowagę.
 - 6.1.3.3. Nie przetrzymywanie zawodników zbyt długo po sygnale „gotów”,
 - 6.1.3.4. Używanie zawsze tych samych komend i sygnałów startowych:
 - 6.1.3.4.1. „na miejsca” (zawodnicy podchodzą do linii startu i umieszczają łyżwy przed linią),
 - 6.1.3.4.2. „gotów” (zawodnicy schodzą do pozycji startowej),
 - 6.1.3.4.3. Starter daje sygnał rozpoczęcia biegu wystrzałem z pistoletu.
 - 6.1.3.4.4. Jeżeli któryś zawodnik zostanie potrącony przez innego zawodnika i upadnie po przekroczeniu linii startu ale przed pierwszym pachotkiem, sędzia może zarządzić powtórny start. Będzie to zasygnalizowane podwójnym strzałem z pistoletu startowego.
 - 6.1.3.5. Poniższych komend należy używać przy zawodnikach z zaburzeniami słuchu:
 - 6.1.3.5.1. „na miejsca” (zawodnicy podchodzą do linii startu i umieszczają łyżwy przed linią),
 - 6.1.3.5.2. „gotów” (zawodnicy schodzą do pozycji startowej a starter podnosi rękę),
 - 6.1.3.5.3. Starter daje sygnał rozpoczęcia biegu jednoczesnym opuszczeniem ręki i wystrzałem z pistoletu.
- 6.1.4. Zasada maksymalnego wysiłku nie będzie obowiązywała w konkurencjach, których finały poprzedzają biegi półfinałowe.
- 6.1.5. Starter powinien stać w takim miejscu przed linią startu, by był dobrze widoczny i rozpoznawalny dla wszystkich zawodników rozpoczynających bieg.
- 6.1.6. Bieg rozpoczyna się wystrzałem z pistoletu. Zawodnik, który wykonał dwa fałstarty podlega dyskwalifikacji.
- 6.1.7. Maksymalna ilość zawodników na torze:
 - 6.1.7.1. Dla obiektów o wymiarach mniejszych niż 30 m na 60 m, maksymalna ilość startujących zawodników wynosi:



- 6.1.7.1.1. 4 dla dystansu 500 m i mniej;
- 6.1.7.1.2. 5 na dystansie między 500 m a 1000;
- 6.1.7.1.3. 6 na dystansie 1000 m i więcej.
- 6.1.7.2. Dla obiektów o wymiarach 30 m na 60 m i większych, maksymalna ilość startujących zawodników wynosi:
 - 6.1.7.2.1. 4 na dystansie 500 m lub mniej;
 - 6.1.7.2.2. 5 na dystansie między 500 a 777 metrów,
 - 6.1.7.2.3. 6 na dystansie 777 m i więcej.
- 6.1.7.3. Zmiany ilości zawodników wystawionych do danej konkurencji muszą zostać zgłoszone sędziom przed zawodami na spotkaniu trenerów.
- 6.1.7.4. Jeśli dana grupa sprawnościowa składa się z większej liczby zawodników, niż może startować w jednym biegu, należy podzielić ją na dwie grupy i rozegrać 2 półfinały oraz dwa finały.
- 6.1.7.5. Główny Sędzia w porozumieniu z Dyrektorem Zawodów może zredukować liczbę zawodników rywalizujących w każdym biegu, aby zapewnić bezpieczny przebieg wyścigu.
- 6.1.8. Kolejność startów
 - 6.1.8.1. Kolejność łyżwiarzy na starcie będzie w takiej sytuacji uzależniona od wyników osiągniętych przez nich w preeliminacjach. łyżwiarze powinni zostać uszeregowani od najszybszego, do najwolniejszego w odpowiednich grupach preeliminacyjnych.
 - 6.1.8.2. W pierwszym biegu półfinałowym powinni wystartować zawodnicy z 1,4,5 i 8 miejsca, a w drugim biegu półfinałowym zawodnicy z 2,3,6 i 7 miejsca z preeliminacji.
- 6.1.9. Kwalifikacje do biegów finałowych
 - 6.1.9.1. Kwalifikacje do biegów finałowych będą zależały od kolejności w jakiej zawodnicy znaleźli się na mecie w półfinałach. Przykład: w konkurencji, w której startuje 5-ciu zawodników, w finale „A” znajdą się łyżwiarze z 1-szego i 2-giego miejsca zajętego w półfinałach, oraz ten, który w półfinałach osiągnął lepszy trzeci wynik. Ci zawodnicy ostatecznie zajmą pierwsze pięć miejsc. W finale „B” wystartują pozostali łyżwiarze, plasując się ostatecznie na miejscu szóstym i dalszych.
- 6.1.10. Kolejność zawodników na stracie
 - 6.1.10.1. Kolejność zawodników na starcie ustala się poprzez losowanie wykonane w konkretnej grupie dla każdego z biegów. Zawodnik, którego nazwisko zostało wyciągnięte jako pierwsze, otrzymuje miejsce na linii startu najdalej od bandy. Zawodnik, którego nazwisko zostało wyciągnięte jako drugie otrzymuje miejsce na linii startu po prawej stronie zawodnika wylosowanego z numerem jeden. Zawodnicy z kolejnymi numerami startowymi ustawiani są na prawo od poprzedniego numeru, a zawodnik wylosowany jako piąty startuje z pozycji najbliższej bandy.
- 6.1.11. Rozbieżności w zaangażowaniu – Zasada pełnego zaangażowania
 - 6.1.11.1. łyżwiarstwo szybkie jest dyscypliną łączącą szybkość z taktyką. Po podziale na grupy sprawnościowe, decydująca o ostatecznym wyniku jest kolejność dotarcia zawodników na metę, a nie czas pokonania toru. To może oznaczać jechanie za zawodnikiem (w celu zmniejszenia oporu powietrza) i sprintowanie żeby uzyskać taktyczną przewagę, zatem zasada pełnego zaangażowania nie odnosi się do konkurencji, w których odbywają się półfinały i finały.



- 6.1.11.2. Konkurencje 111 m i dłuższe: Zawodnik, który w (finale) tej konkurencji osiągnął wynik o 20% lepszy niż w preeliminacjach, lub niż czas zgłoszony przed zawodami przez trenera, może podlec dyskwalifikacji. Tyczy się to konkurencji, w ramach których nie rozgrywa się półfinałów.
- 6.1.11.3. Konkurencje na 55 metrów i mniej: Zawodnik, który w (finale) tej konkurencji osiągnął wynik o 20% lepszy niż w preeliminacjach, lub niż czas zgłoszony przed zawodami przez trenera, może podlec dyskwalifikacji. Tyczy się to konkurencji, w ramach których nie rozgrywa się półfinałów.
- 6.1.11.4. Na barkach trenera spoczywa odpowiedzialność za zgłoszenie wyniku odzwierciedlającego faktyczny poziom zawodnika, który w preeliminacjach nie zdołał pokazać pełni swoich możliwości. Kierownictwo zawodów ma obowiązek umożliwienia trenerom zgłoszenia odpowiednich poprawek, ale tylko w przeznaczonym na to czasie.
- 6.1.11.5. Zdyskwalifikowany zawodnik otrzyma wstążkę uczestnictwa.
- 6.1.12. Dyskwalifikacje:
 - 6.1.12.1. W trakcie wyprzedzania, odpowiedzialność za wszelkie kolizje lub przeszkody ponosi zawodnik wyprzedzający, pod warunkiem, że zawodnik wyprzedzany nie zachowuje się nieprawidłowo.
 - 6.1.12.2. W przypadku, gdy zawodnicy jednocześnie wchodzi w pierwszy zakręt, zawodnikiem wyprzedzającym powinien być zawodnik znajdujący się po zewnętrznej stronie toru.
 - 6.1.12.3. Niedozwolone jest, by łyżwiarz celowo powstrzymywał lub popychał innego zawodnika jakąkolwiek częścią ciała, by uzyskać nad nim przewagę.
 - 6.1.12.4. Zawodnik, który niepotrzebnie zwalnia i przez to zmusza innego zawodnika do zwolnienia lub powoduje kolizję winien zostać zdyskwalifikowany.
 - 6.1.12.5. Zawodnik, który naumyślnie powstrzymuje, nieprzepisowo przecina tor innego zawodnika, lub w jakikolwiek inny sposób mu przeszkadza jak też współdziała z innymi w celu uzyskania przewagi winien zostać zdyskwalifikowany.
 - 6.1.12.6. Dyskwalifikacji ulega także zawodnik, który otrzymuje fizyczną pomoc w czasie biegu.
 - 6.1.12.7. Użycie przez kogoś zawodnika bandy do utrzymania równowagi, lub do nadania sobie rozpędu, będzie potraktowane jako uzyskanie pomocy z zewnątrz i zakończy się dyskwalifikacją.
 - 6.1.12.8. Zawodnik zostanie zdyskwalifikowany, gdy umyślnie przesunie oznakowanie toru lub nie ominie klocków po ich zewnętrznej stronie.
 - 6.1.12.9. Sędzia może zdyskwalifikować zawodnika, który na linii mety wypycha łyżwę do przodu lub ciałem blokuje możliwość przecięcia linii mety przez innego zawodnika.
 - 6.1.12.10. O dyskwalifikacji zawodnika po zakończeniu danego biegu powinien zostać powiadomiony zawodnik, kierownik drużyny lub trener, a wiadomość ta powinna zostać podana do wiadomości publiczności.

6.2. Sztafeta 1500 metrów i 3000 metrów

- 6.2.1. Każda drużyna składa się z 4 zawodników.
- 6.2.2. Jednocześnie na torze mogą przebywać nie więcej niż dwie drużyny.
- 6.2.3. Każdy zawodnik z drużyny musi przejechać minimum 3 okrążenia.
- 6.2.4. Ostatnie dwa okrążenia muszą być przejechane przez tego samego zawodnika.
- 6.2.5. Zawodnicy mogą się zmieniać w dowolnej kolejności poza ostatnimi dwoma okrążeniami, które pokonuje ten sam zawodnik. Jeżeli taki zawodnik wyróci się, może zostać zmieniony.



- 6.2.6. W celu jednoznacznego rozróżnienia drużyn zawodnicy muszą nosić takie same stroje lub kamizelki tego samego koloru lub numery na kasku.
- 6.2.7. Kiedy do końca sztafety pozostaną 3 okrążenia, zawodnicy powinni zostać o tym poinformowani odpowiednim sygnałem.
- 6.2.8. Zmiana może się odbyć przez popchnięcie lub przez dotknięcie ręki.
- 6.2.9. Nikt z obsługi zawodów, poza sędziami, nie może przebywać wewnątrz toru w celu ustalania kolejności zmian.

7. KONKURENCJE ZUNIFIKOWANE

7.1. Sztafeta 3000 metrów

- 7.1.1. Każda drużyna składa się z dwóch zawodników Olimpiad Specjalnych i dwóch partnerów.
- 7.1.2. Zawodnicy i partnerzy powinni być dobierani pod względem podobnego wieku i umiejętności. Istnieje duże ryzyko kontuzji w drużynach, w których niewłaściwie dobrano zawodników i partnerów.
- 7.1.3. Jednocześnie na torze mogą przebywać nie więcej niż dwie drużyny.
- 7.1.4. Każdy członek drużyny musi przejechać minimum jedną zmianę na dystansie 1500 m. i dwie zmiany na dystansie 3000 m.
- 7.1.5. Ostatnie dwa okrążenia muszą być przejechane przez tego samego zawodnika Olimpiad Specjalnych (nie partnera).
- 7.1.6. Zawodnicy mogą się zmieniać w dowolnej kolejności poza ostatnimi dwoma okrążeniami, które pokonuje ten sam zawodnik. Jeżeli taki zawodnik wywróci się, może zostać zmieniony.
- 7.1.7. W celu jednoznacznego rozróżnienia drużyn zawodnicy muszą nosić takie same stroje lub kamizelki tego samego koloru lub nakładki na kask.
- 7.1.8. Zmiana jest dokonana poprzez popchnięcie zawodnika lub dotknięcie ręki.
- 7.1.9. Nikt z obsługi zawodów, poza sędziami, nie może przebywać wewnątrz toru w celu ustalania kolejności zmian.

8. ZASADY DOBORU KONKURENCJI DLA ZAWODNIKÓW

8.1. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników początkujących, lub tych, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi powyżej 55 sekund:

- 8.1.1. Wyścig 25 m po prostej,
- 8.1.2. Wyścig na 55 m na połowie okrążenia,
- 8.1.3. Wyścig na 111 metrów,

8.2. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 40 do 54 sekund:

- 8.2.1. Wyścig na 111 m,
- 8.2.2. Wyścig na 222 m,
- 8.2.3. Wyścig na 333 m.

8.3. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 30 do 39 sekund:

- 8.3.1. Wyścig na 222 m,
- 8.3.2. Wyścig na 333 m,
- 8.3.3. Wyścig na 500 m.

8.4. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 25 do 39 sekund:

- 8.4.1. Sztafeta 1500 m.



- 8.5. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 25 do 29 sekund:**
- 8.5.1. Wyścig na 333 m,
 - 8.5.2. Wyścig na 500 m,
 - 8.5.3. Wyścig na 777 m. 1500m.
- 8.6. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 24 lub szybciej:**
- 8.6.1 Sztafeta na 3000 m.
- 8.7. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 19 do 24 sekund:**
- 8.7.1. Wyścig na 500 m,
 - 8.7.2. Wyścig na 777 m,
 - 8.7.3. Wyścig na 1000 m.
- 8.8. Konkurencje są przeznaczone dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi od 15 do 18 sekund:**
- 8.8.1. Wyścig na 777 m,
 - 8.8.2. Wyścig na 1000 m,
 - 8.8.3. Wyścig na 1500 m
- 8.9. Konkurencje dla zawodników, których średni czas przejazdu jednego okrążenia wynosi mniej niż 15 sekund:**
- 8.9.1. Wyścig na 777 m,
 - 8.9.2. Wyścig na 1000 m,
 - 8.9.3. Wyścig na 1500 m.