

alpe*huez



Ofé X Day Ski Cross Contest

19 et 20 Mars 2022
Ski Cross du Lac Blanc

Inscriptions sur Web FFS

10€ / inscription
15€ le forfait

Clôture des inscriptions le 15 Mars

Contact : 04 76 80 34 42 / skiclub@skiclub-huez.com



BANQUE POPULAIRE
AUVERGNE RHÔNE ALPES



isère
LE DÉPARTEMENT
www.isere.fr

esf

PHYSIOSKI
MASSAGES D'EXCEPTION
Massages • Kinésithérapie • Ostéopathie



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



**Samedi 19 Mars 2022
SKICROSS U 12**

**Dimanche 20 Mars 2022
SKICROSS U14**

7h45	Retrait des dossards - Chalet ESF
8h30	Ouverture Télémixte des Jeux
8h35	Reconnaissance
9h15	1 Entraînement par ordre des dossards
10h35	Qualifications
12h15	Finales
15h	Remise des prix

Sous réserve de modifications selon les conditions météo

COMBINAISON ALPINE INTERDITE

INSCRIPTION WEB FFS

Clôture inscription jeudi 17 mars 2022

Ski Club Alpe d'Huez 04 76 80 34 42



BANQUE POPULAIRE
AUVERGNE RHÔNE ALPES



isère
LE DÉPARTEMENT
www.isere.fr

esf

PHYSIOSKI
MASSAGES D'EXCEPTION
Massages et soins thérapeutiques



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



REGLEMENT

TENUE DE COMPETITION ET MATERIEL

La tenue de compétition doit être composée de 2 pièces visibles.

Les combinaisons portées lors des épreuves de Ski Alpin ne sont pas autorisées.

Le compétiteur devra skier en pantalon chaud et soft shell.

Casques de protection : Casques aux normes obligatoires

La **protection dorsale** est obligatoire.

REGLES DE COURSE

Afin d'assurer une course sans danger, des règles sont à respecter afin d'éviter tout mauvais esprit :

- Interdiction d'accrocher l'épaule, le bâton, le bassin d'un adversaire
- Les bras doivent rester dans le prolongement du corps, il est interdit de bloquer un adversaire en train de doubler avec le bras.
- Les coups de carres volontaires lancés sur les skis de ses adversaires afin de les déstabiliser et de les faire tomber sont interdits.
- Il est interdit de mettre un bâton entre les jambes d'un adversaire de façon volontaire
- Les pas de patineurs entre le départ et le 1^{er} virage sont interdits.

En revanche, un contact épaule-épaule n'est pas sujet à disqualification sauf en cas d'abus. Un bâton dans les jambes de son adversaire lors de la poussée au départ n'amène pas à la disqualification si cela n'est pas volontaire.

Possibilité de porter *Protêt* immédiatement dans l'air d'arrivée.

Un Chef de course sera présent pour valider, les juges de portes auront pouvoir de disqualification sur les coureurs.

A l'issue des qualifications, les 32 meilleurs seront qualifiés pour les finales.

Aucune ré-affectations de dossards ne se fait pour les finales

Tous les autres coureurs auront la possibilité de faire un run à 4 avant les phases finales.