



COUPE SUISSE et CHAMPIONNAT SUISSE

DE SKI-ALPINISME

- REGLEMENT 2008 -

1. Participation

- 1.1 Les épreuves se disputent par équipe de 2 coureurs ou individuellement. Elles sont ouvertes à des formations féminines, masculines et mixtes. L'âge minimal des concurrents est fixé à 15 ans.
- 1.2 Les épreuves de la catégorie « Fun pop » se déroulent selon les modalités définies par l'organisateur (course individuelle, à deux ou à trois). Cette catégorie n'engendre pas de classification en Coupe Suisse. La licence (voire point 1.3) n'est pas obligatoire.
- 1.3 Les compétiteurs voulant figurer à un classement coupe ou championnat suisse doivent présenter une licence. La licence peut être obtenue auprès du secrétariat central du Club Alpin Suisse CAS à Berne ou par internet (www.sac-cas.ch) ou à l'aide d'un formulaire publié. La catégorie Fun pop est libre de licence.
- 1.4 Les compétiteurs participant à l'une ou l'autre des compétitions du calendrier officiel doivent se conformer au présent règlement et au règlement particulier de chacune des courses. Ils sont responsables de leurs inscriptions.
- 1.5 Les trois premiers de chaque catégorie doivent être présents lors de la remise des prix de la course. En cas d'impossibilité majeure et incontournable, ils doivent aviser l'organisateur et le Jury de course. Cette règle est également valable pour le podium provisoire organisé rapidement après la course¹). Le non-respect des règles ci-dessus entraînera des pénalités voire la disqualification,
(1) pour information – en règle générale, dans l'aire d'arrivée après les 10 premiers hommes et les 5 premières dames)

2. Assurance

- 2.1 Chaque coureur doit être assuré personnellement contre les accidents et autres dommages. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de non-respect de cette clause. Il est recommandé de conclure une assurance assistance par hélicoptère.



3. Considérations générales

3.1 Points propres à la coupe et au championnat suisses

- Emporter le matériel obligatoire durant toute la course.
- Une équipe ne peut quitter un point de contrôle que lorsqu'elle est au complet et enregistrée par le contrôleur.
- Le passage de la ligne d'arrivée et les postes de contrôle doit se faire ensemble ou avec un écart maximum de 10 mètres, sous peine de disqualification.
- Une équipe ou un coureur en difficulté peut abandonner de son propre chef ou être mis hors course sur décision de l'organisateur ou du délégué technique du Club Alpin Suisse CAS. En cas d'abandon, l'équipe s'annoncera à un poste de contrôle et suivra les instructions qui lui seront données.
- Tout concurrent est tenu de venir au secours d'une personne en danger ou accidentée.
- Le port du sac à dos par le concurrent est obligatoire (portage de deux sacs interdit)
- Toute autre forme d'assistance est interdite (y compris « lièvre »).
- Une équipe ou un coureur rejoint doit libérer la trace si la demande est faite.
- Chaque concurrent porte son dossard (numéro+sponsor), d'une manière bien visible sur la cuisse droite. L'organisateur peut exiger le port d'un deuxième dossard (par exemple sur le sac). Les dossards ne doivent pas être roulés ou découpés. L'organisateur peut les récupérer à la fin de la compétition.
- Les aires de changes sont strictement réservées aux compétiteurs et aux contrôleurs.
- L'échange d'un ski ou d'un bâton cassé est autorisé.
- Tout concurrent est tenu de suivre le balisage sous peine de disqualification.
- L'organisation se réserve la possibilité de modifier en tout temps le programme ou le parcours de la course.
- Le ski-alpinisme et dès lors l'ensemble des compétitions du calendrier est soumis aux dispositions concernant le dopage du CAS et de Swiss Olympic. Chaque participant à une épreuve du calendrier (licencié ou non) en accepte les règles et tout contrôle officiel. La liste officielle des substances interdites est celle de Swiss Olympic.
- L'appareil détecteur de victimes d'avalanches doit être porté selon les recommandations du fabricant au plus près du corps, sous ou dans les vêtements (endroit sécurisé). Il doit être enclenché (mode émission) tout au long de la course. Le compétiteur est responsable du bon fonctionnement de son appareil.
- Toute réclamation devra être déposée par écrit au plus tard 30 min. après l'arrivée du ou des concurrents auprès du jury de course. Une somme de CHF 50.- sera perçue. Elle sera restituée si le recours est admis.
- Le non-respect du règlement entraînera la disqualification.

3.2 Points propres à chaque course : à respecter selon les instructions des organisateurs



4. Matériel

- 4.1 Le délégué technique ou le jury se réservent le droit de refuser tout équipement jugé défectueux ou inadéquat.
- 4.2 Le matériel de base (carbone admis) de la coupe et du championnat suisses est le suivant :

Equipelement obligatoire par coureur :

- Une paire de skis d'au moins 60 mm de largeur au patin avec des carres métalliques sur toute la longueur. La taille des skis est au minimum de 160 cm pour les hommes et 150 cm pour les dames.
- Les skis sont équipés de fixations permettant le mouvement des talons à la montée et blocables à la descente. La fixation doit posséder un système de déclenchement latéral et frontal.
- Une paire de bâtons de type alpin ou de fond ayant un diamètre maximum de 25 mm, avec des rondelles non-métalliques.
- Une paire de chaussures montantes (au-dessus de la malléole). Les semelles doivent couvrir au moins 75% de la surface de la chaussure, la profondeur minimale des crans est de 4 mm. Ils doivent être au minimum au nombre de 8 au talon et de 15 à l'avant et avoir une surface minimale de 1 cm². Les chaussures doivent permettre l'utilisation de crampons métalliques et avoir deux boucles au minimum.

Les chaussures ne doivent pas avoir subi de modifications par rapport au modèle de référence du fabricant. Cette disposition est applicable dès la saison 2010.

- Un sac à dos d'un volume suffisant afin de contenir à son intérieur tout le matériel exigé pour la course. Le sac à dos sera également équipé sur l'arrière de deux points d'attache des skis (portage).
- Une paire de peaux antidérapantes. L'utilisation de ruban adhésif ou équivalent favorisant la glisse est interdite (voire également équipement par équipe). Les peaux doivent pouvoir s'enlever et se remettre librement.
- Un appareil détecteur de victimes d'avalanches (457 KHz)
- Une pelle à neige sortie d'usine sans modification (surface minimale 20 x 20 cm et équipée d'un manche adapté à l'usage). L'appellation « pelle à neige » est définie par le fabricant (les pelles de substitution telles que celles en plastique souple sont interdites).
- Une sonde à neige d'au minimum 240 cm et d'un diamètre minimal de 10 mm.
- Trois couches de vêtements, à la taille du concurrent, pour le haut dont un coupe-vent.
- Deux couches de vêtements, à la taille du concurrent, pour le bas dont un coupe-vent.
- Une paire de lunettes de soleil filtrantes ou une visière adaptée au casque.
- Un bonnet (ou similaire) et une paire de gants couvrant toute la main jusqu'au poignet. Le port des gants est recommandé durant toute la course



- Une couverture de survie d'une surface minimale de 1.80 m². La dénomination « couverture de survie » est définie par le fabricant. La conformité du produit est sous la responsabilité du participant.
- Le port d'un casque est obligatoire tout au long de la course (type escalade homologué UIAA – pour la saison 2008, le casque type « VTT » est toléré).

Equipement obligatoire par équipe :

- Une paire de peaux antidérapantes de réserve

4.3 Les coureurs sont également tenus d'avoir le matériel supplémentaire demandé par chaque organisateur (voir instructions des organisateurs). Pour le cas ou des crampons sont nécessaires, ceux-ci doivent être métalliques avec lanière de sécurité (attachables au collier du soulier). Les crampons doivent être certifiés UIAA et avoir 10 pointes dont 2 frontales (longueur 3 cm), dans le sac, ils doivent être rangés de manière à ne pas créer un danger en cas de chute ou de collision (dents contre dents). Pour le cas ou un baudrier est exigé, ce dernier doit être certifié UIAA. Les sangles (en général au nombre de deux) doivent être certifiées UIAA, elles auront une longueur minimale d'un mètre et seront équipées de deux mousquetons (UIAA) d'une résistance minimale de 22kN.

4.4 Equipement obligatoire pour les courses de montée pure :

Sous réserve d'indications contraires de l'organisateur, le matériel pour les courses de montée pure est identique à celui décrit sous point 4.2 – à l'exception de :

- vêtements – la deuxième couche de vêtement pour le bas et la troisième couche pour le haut ne sont pas obligatoires.
- La couverture de survie, la sonde, la pelle à neige, l'appareil détecteur de victimes d'avalanches et le sac à dos ne sont pas obligatoires.
- Poids des skis et fixations
Hommes 850 gr / 1700 gr la paire
Dames 800 gr / 1600 gr la paire
- Poids des chaussures
Hommes 650 gr / 1300 gr la paire
Dames 600 gr / 1200 gr la paire

4.5 Equipement obligatoire pour les courses nocturnes :

Sous réserve d'indications contraires de l'organisateur, le matériel pour les courses nocturnes est identique à celui décrit sous point 4.2 – à l'exception de :

- vêtements – la deuxième couche de vêtement pour le bas et la troisième couche pour le haut ne sont pas obligatoires
- La couverture de survie, la sonde, la pelle à neige, l'appareil détecteur de victimes d'avalanches, le casque et le sac à dos ne sont pas obligatoires (casque conseillé).
- Lampe frontale obligatoire
- Poids des skis et fixations
Hommes 850 gr / 1700 gr la paire
Dames 800 gr / 1600 gr la paire
- Poids des chaussures
Hommes 650 gr / 1300 gr la paire
Dames 600 gr / 1200 gr la paire



5. Classement général

5.1 Les courses participant à la coupe suisse sont recensées par le calendrier officiel édité par la commission. Le vainqueur de la coupe suisse est le coureur ayant obtenu le meilleur total à l'issue des compétitions. Seront retenus dans le décompte final :

- les 6 meilleurs résultats, si 10 à 12 épreuves ont eu lieu.
- les 5 meilleurs résultats, si 8 ou 9 épreuves ont eu lieu.
- les 4 meilleurs résultats, si 6 ou 7 épreuves ont eu lieu.

Pour les catégories juniors et cadettes, il sera retenu un résultat en moins que ci-dessus.

Des épreuves spéciales désigneront chaque année les champions suisses, elles sont mentionnées par le calendrier.

Les résultats des épreuves nocturnes sont pris en compte selon les modalités émises par la commission et mentionnées dans le cadre du calendrier de la saison.

5.2 En cas d'ex-æquo, c'est le résultat de l'épreuve individuelle, désignée par le calendrier, qui départagera les athlètes.

5.3 Il sera établi :

- 1 classement scratch (catégorie seniors - seniors I et seniors II)
- 1 classement par catégorie :

Désignation		Age	Né(e) en	Classement
Cadettes	Juniorinnen	15 – 20	1993 – 1988	Individuel
Dames	Damen	Dès 21	1987 et avant	Equipe
Juniors	Junioren	15 – 20	1993 – 1988	Equipe
Espoirs	Elite Junioren	21 – 23	1987 – 1985	Equipe
Seniors	Senioren	24 – 39	1984 – 1969	Equipe
Seniors I	Senioren I	40 – 49	1968 – 1959	Equipe
Seniors II	Senioren II	+ 50	1958 et avant	Equipe
Fun Pop		dès 15 ans		Aucun

La grille ci-dessus vaut pour l'ensemble de la saison, soit aussi pour les éventuelles courses se déroulant en décembre de l'année précédente.

Les mélanges de catégories au sein des équipes sont autorisés ; la catégorie la plus „pénalisante“ fait foi pour le classement de la course. Le coureur est quant à lui classé en coupe suisse dans sa propre catégorie, c'est son temps qui est déterminant. Un tableau de classement des catégories mixtes fait partie du présent règlement.



5.4 Chaque coureur de l'équipe classée 1^{ère} marque 100 points/temps (P/T). Les points des suivants sont obtenus en déduisant de 100 le pourcentage de temps mis en plus des 1^{ers}, au moyen de la formule suivante:

$$\frac{(\text{Temps de référence} - \text{temps du coureur}) \times 100}{\text{Temps référence}} + 100 = (P/T)$$

Le temps de référence est le meilleur temps de chaque catégorie.

Exemple: les seniors A et B gagnent une course en 4h00'00", second le senior I C accompagné du senior D en 4h10'00", 25^{ème} les dames E et F en 5h00'00", 30^{ème} les juniors G et H en 5h10'00". Le résultat de cette course sera:

coureur	scratch	senior	senior I	dame	junior
A et B	100 (P/T)	100			
C	95.83		100		
D	95.83	95.83			
E et F	75			100	
G et H	70.83				100

Formule du coureur D : 240 minutes moins 250 minutes, fois 100, à diviser par 240 minutes; ce résultat + 100 = 95.83 P/T

Tous les coureurs ayant plus que le 99 % du temps mis en plus des 1^{ers} marquent 1 point.

Validation: tous les résultats seront retenus pour le classement final mais un prix spécial sera distribué si un compétiteur a participé à au moins trois courses.

6. Environnement

Chaque concurrent est rendu attentif à la nécessité de ménager l'environnement. En course, tout concurrent qui jette ou abandonne un déchet (gobelet, bouteille, sachet, etc.) ou un objet d'équipement hors des dispositifs mis à disposition au poste de ravitaillement, ou qui a un comportement entraînant un préjudice pour l'environnement, fera l'objet de la pénalité suivante :

- la première fois : 3 minutes
- en cas de récidive, dans la même course ou dans une autre course durant la même saison : 10 minutes
- en cas de troisième infraction durant la même saison : disqualification

7. Récompenses (coupe et championnats suisses)

Des récompenses en espèces seront attribuées aux premiers du classement scratch. Une planche de prix récompensera les meilleurs de chaque catégorie. La distribution des prix s'effectuera selon les modalités fixées par la Commission de ski alpinisme. La présence des médaillés est obligatoire. Aucun prix ne sera envoyé.



Annexe - tableau classement catégories mixtes

Petit parcours +/- 1300 m				
Catégorie		Points		Podium
coureur I	Coureur II	Coureur I	Coureur II	
Cadette		Oui		Cadettes
Cadette	Junior	Oui	Oui	Juniors
Tout autre mélange de catégorie est classé sous "Funpop" sur ce parcours				
Le Swiss Team à l'interdiction de courir en Funpop				

Grand parcours +/- 1800 m				
Catégorie		Points		Podium
coureur I	Coureur II	Coureur I	Coureur II	
Cadette		Non		Dames
Cadette	Junior	Non	Non	Seniors
Cadette	Espoir	Non	Oui	Espoirs
Cadette	Senior	Non	Oui	Seniors
Cadette	Senior I	Non	Oui	Seniors I
Cadette	Senior II	Non	Oui	Seniors II
Cadette	Dame	Non	Oui	Dames
Junior	Junior	Non	Non	Seniors
Junior	Espoir	Non	Oui	Espoirs
Junior	Senior	Non	Oui	Seniors
Junior	Senior I	Non	Oui	Seniors I
Junior	Senior II	Non	Oui	Seniors II
Junior	Dame	Non	Oui	Dames
Dame	Espoir	Oui	Oui	Espoirs
Dame	Senior	Oui	Oui	Seniors
Dame	Senior I	Oui	Oui	Seniors I
Dame	Senior II	Oui	Oui	Seniors II
Espoir	Senior	Oui	Oui	Seniors
Espoir	Senior I	Oui	Oui	Seniors I
Espoir	Senior II	Oui	Oui	Seniors II
Senior	Senior I	Oui	Oui	Seniors
Senior	Senior II	Oui	Oui	Seniors
Senior I	Senior II	Oui	Oui	Seniors I

Une combinaison avec la catégorie Fun pop engendre un non classement en coupe suisse.

Règlement adopté par la commission le 17 août 2007