ЗАТВЕРДЖУЮ
Заступник Міністра молоді та спорту України
_____ Олексій НІКІТЕНКО

ПРАВИЛА
спортивних змагань з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору

2026 рік

СЕД Megapolis.DocNet
Міністерство молоді та спорту України
№40/ДУ-ІС/26 від 21.10.2026
КЕП: Нікітенко О. В. 21.10.2026 14:10
04AF212836405D990400000015FD3800465BF000

І. Загальні положення

1. Ці Правила спортивних змагань з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору (далі – Правила) визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору, що проводяться на території України.

2. Правила регулюють відносини, що виникають у сфері проведення спортивних змагань в Україні, зокрема визначають вичерпний перелік вимог до осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору, представників команд, суддів та організаторів, їх права та обов'язки, а також відповідальність за порушення вимог цих Правил. Правила визначають права, повноваження та обов'язки суддів.

3. Вимоги Правил не поширюються на проведення міжнародних спортивних змагань з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору, що проводяться на території України за програмою Міжнародного паралімпійського комітету (IPC) та Міжнародної федерації лижного спорту та сноубордингу (FIS).

4. Ці Правила розроблено відповідно до Правил та Положень Міжнародної федерації лижного спорту та сноубордингу (FIS) https://assets.fis-ski.com/f/252177/x/8d80ac5c93/icr-crosscountry-2025_clean.pdf

5. Спортивні змагання з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору проводяться з метою:

- залучення осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору, у тому числі дітей з інвалідністю, до систематичних занять фізичною культурою і спортом як ефективного засобу реабілітації та інтеграції у суспільство;
- популяризації здорового способу життя серед осіб ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору;
- підвищення спортивної майстерності;
- виявлення найсильніших спортсменів з метою формування національних збірних команд України з видів спорту осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору з пара лижних перегонів для підготовки та участі в офіційних міжнародних спортивних змаганнях, у тому числі у чемпіонатах світу, Європи та Паралімпійських іграх.

6. Право внесення змін до Правил належить Українській федерації спорту інвалідів з ураженнями опорно-рухового апарату та Спортивної федерації незрячих України за погодженням з Національним комітетом спорту інвалідів України. Зміни вступають в дію після їх затвердження Міністерством молоді та спорту України.

7. Терміни, що вживаються в цих Правилах, наведені у Законі України «Про фізичну культуру і спорт».

8. Антидопінговий контроль у спортивних змаганнях здійснюється відповідно до Закону України «Про антидопінгову діяльність у спорті», Положення про Національний антидопінговий центр, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 25.07.2002 № 1063 (в редакції постанови Кабінету Міністрів України від 22.11.2022 № 1300), Андидопінгових правил Національного антидопінгового центру, затверджених наказом НАДЦ від 22.12.2023 № 204-ОС, Всесвітнього антидопінгового кодексу та відповідних Міжнародних стандартів ВАДА.

9. Спортивні змагання проводяться згідно з цими Правилами та на підставі Регламентів про проведення всеукраїнських спортивних змагань серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору на відповідний рік або на підставі Положення (Регламенту) про проведення спортивних змагань з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору регіонального та місцевого рівнів.

10. Положення (Регламент) розробляється на календарний рік або на кожне окреме спортивне змагання (за потреби) та затверджується в установленому порядку не пізніше ніж за 1(один) місяць до початку його проведення.

11. Офіційними спортивними змаганнями з пара лижних перегонів серед осіб з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору вважаються спортивні змагання, які включені до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України, календарних планів фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань областей та м. Київ, а також календарних планів фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань регіональних, місцевих центрів з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю, дитячо-юнацьких спортивних шкіл для осіб з інвалідністю усіх типів на відповідний рік, видатки на організацію та проведення яких здійснюються з державного або місцевого бюджетів (далі – календарні плани).

ІІ. Організація та проведення спортивних змагань

1. Характер та ранг спортивних змагань

1.1. Відповідно до Положення про Єдину спортивну класифікацію України, затвердженого наказом Міністерства молоді та спорту України від 07.12.2023 № 7512, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 25.12.2023 за № 2240/41296, встановлено ранги спортивних змагань (від I до VI).

1.2. Відповідно до Положення про порядок організації і проведення офіційних спортивних змагань і навчально-тренувальних зборів та порядок матеріального забезпечення їх учасників, затвердженого наказом Міністерства молоді та спорту України від 09.02.2018 № 617, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 03 березня 2018 року за № 264/31716, за характером спортивні змагання бувають:

- особисті – спортивні змагання, в яких беруть участь троє і більше спортсменів у кожному виді спортивних змагань і де розігрується виключно особиста першість окремо в кожній категорії та серед кожної статі;

- командні – спортивні змагання, в яких беруть участь окремі збірні команди адміністративно-територіальних одиниць, установ, організацій, закладів фізичної культури і спорту тощо, за результатами яких визначається лише командна першість або естафетні команди, і результат визначає команду-переможницю;

- особисто-командні – спортивні змагання, в яких підбиваються загальні підсумки особистої першості та виступів команд адміністративно-територіальних одиниць, установ, організацій, закладів фізичної культури і спорту відповідно до Положення (Регламенту) про такі спортивні змагання.

- **кубковими** за участю спортсменів, команд адміністративно-територіальних - одиниць, установ, організацій, закладів фізичної культури і спорту тощо, що проводяться, як правило, в декілька етапів.

2. Мінімальні кваліфікаційні стандарти

2.1. Українська федерація спорту інвалідів з ураженнями опорно-рухового апарату та Спортивна федерація незрячих України визначають мінімальні кваліфікаційні стандарти (далі – МКС) для участі в офіційних всеукраїнських спортивних змаганнях з пара лижних перегонів серед спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору відповідно.

2.2. Всі спортсмени повинні виконувати встановлені МКС, аби бути визнаними придатними для участі у спортивних змаганнях, за виключенням допуску до спортивних змагань за рішенням організаторів (наприклад, місцеві спортсмени, спортсмени інших нозологій, поза конкурсом тощо).

3. Порядок і терміни подання заявок на спортивні змагання

3.1. Завірені поіменні заявки на участь у всеукраїнських спортивних змаганнях приймаються лише від регіональних центрів «Інваспорт».

3.2. Технічні заявки команд або окремих спортсменів за 7 днів до початку спортивних змагань надсилаються до Організатора спортивних змагань та Організаційного комітету спортивних змагань електронною поштою. Відмова від участі в окремих видах програми або заміна учасника на іншого, додаткові заявки або зміна заявка по видам програми можуть бути здійснені в день приїзду команд.

3.3. Порядок подання заявок (попередні іменні, іменні в день приїзду, тощо) визначається Регламентом (Положенням). У разі необхідності виклику включається додаткова форма заявки.

4. Придатність спортсменів

4.1. Всі учасники спортивних змагань повинні бути заявлені на участь у всеукраїнських спортивних змаганнях регіональним центром «Інваспорт» відповідно до місця проживання (місцю знаходження) спортсмена.

4.2. Для участі в офіційних всеукраїнських, місцевих, обласних спортивних змаганнях всі спортсмени повинні мати національну або регіональну класифікацію. Спортсмени, які вперше беруть участь у спортивних змаганнях, потребують проходження класифікації до початку спортивних змагань. Національний класифікатор з пара лижних перегонів присвоює спортсмену спортивний клас і статус спортивного класу відповідно Правил.

4.3. Для отримання права участі у офіційних всеукраїнських, місцевих, обласних спортивних змаганнях стан спортсмена повинен бути визнаний таким, що задовольняє вимогам спортивних змагань.

4.4. Класифікація спортсменів є обов’язковою складовою частиною програми спортивних змагань і проводиться класифікаційною комісією у перший день спортивних змагань для кожного учасника спортивних змагань згідно з класифікаційними правилами на основі офіційних документів Міжнародного паралімпійського комітету та Міжнародної федерації лижного спорту та сноубордингу.

5. Критерії допуску та формат спортивних змагань

5.1. Критерії допуску спортсменів для кожного окремого спортивного змагання (кількість спортсменів, мінімальні кваліфікаційні стандарти, програма спортивних змагань тощо) повинні бути визначені в Регламенті (Положенні) про проведення спортивних змагань.

ІІІ. ПРАВИЛА СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ З ПАРА ЛИЖНИХ ПЕРЕГОНІВ

РОЗДІЛ І. Терміни та скорочення, що вживаються у цих Правилах:

FIS (ФІС) – Міжнародна федерація лижного спорту та сноубордингу.

МПК (IPC) – Міжнародний Паралімпійський комітет.

НКСІУ/Спортивна федерація осіб з інвалідністю — Національний комітет спорту інвалідів України / відповідна національна спортивна федерація, що розвиває зимові дисципліни спорту осіб з інвалідністю відповідного виду ураження (нозології).

Журі спортивних змагань – колегіальний орган у складі суддівської колегії, що забезпечує проведення спортивних змагань відповідно до цих Правил, контролює безпеку та приймає рішення щодо інцидентів і протестів.

Спортсмен-лідер (Guide) – акредитована особа, яка супроводжує та направляє спортсмена з порушеннями зору на трасі відповідно до встановлених вимог. Спортсмен-лідер вважається повноцінним учасником спортивного тандему.

Спортивний клас (Sport Class) – категорія, яка присвоюється спортсмену за результатами медико-функціональної класифікації згідно з рівнем впливу його ураження на виконання специфічних рухових функцій у лижних перегонах.

Відсоткова система факторів (Percentage / Factor System) – затверджена математична шкала множників (відсотків), що компенсує функціональні відмінності між класами для визначення підсумкового або стартового часу.

Зона контролю спорядження (Equipment Control Area) – ізольована та обладнана територія стадіону для інспекції адаптивного інвентарю.

РОЗДІЛ ІІ. Види спортивних змагань та програма

1. Змагальні категорії (Categories):

Спортивні змагання проводяться у трьох окремих категоріях серед чоловіків та серед жінок:

З порушеннями зору (Vision Impaired — VI): класи NS1, NS2, NS3;

Стоячи (Standing): класи LW2, LW3, LW4, LW5/7, LW6, LW8, LW9;

Сидячи (Sitting / на лижних бобах): класи LW10, LW10.5, LW11, LW11.5, LW12.

2. Офіційні змагальні дисципліни та дистанції:

Індивідуальна лижні перегони з інтервальним стартом: дистанції: 5 км, 10 км, 20 км (класичний або вільний стиль).

Пара масовий старт (Para Mass Start): дистанції 10 км, 20 км (із застосуванням стартового гандикапу на основі кваліфікаційної гонки).

Індивідуальний спринт:

Категорія «Сидячи»: коло від 0,6 до 1,2 км;

Категорії «Стоячи» та «Порушення зору»: коло від 0,8 до 1,6 км.

Естафетні гонки (4 х 2,5 км):

Змішана естафета: обов'язкова участь у складі команди спортсменів обох статей; граничний сумарний відсоток команди – **335%**;

Відкрита естафета (Open Relay): команда формується без обмежень за статтю; граничний сумарний відсоток команди – **375%**.

Чергування стилів: 1-й та 3-й етапи – класичний стиль, 2-й та 4-й етапи – вільний стиль.

3. Паритет дистанцій:

Жінки та чоловіки на офіційних спортивних змаганнях з пара лижних перегонів у межах однієї категорії долають однакові номінальні дистанції відповідно до міжнародного стандарту.

РОЗДІЛ III. Організаційні засади проведення спортивних змагань та страхування

Змагання проводяться відповідно до цих Правил та Положення (Регламенту) про спортивні змагання, затвердженого в установленому порядку.

Організація, що проводить спортивні змагання, зобов'язана створити суддівську колегію, організаційний комітет, забезпечити матеріально-технічне оснащення, комп'ютерну систему обробки результатів з урахуванням відсоткової системи, безперешкодне медичне обслуговування, а також інфраструктуру для класифікації та перевірки адаптивного інвентарю.

1. Безбар'єрність та доступність середовища:

Організатор забезпечує повну архітектурну доступність лижного стадіону: під'їзні шляхи, пандуси, спеціально обладнані санітарні вузли, широкі коридори доступу до стартової зони, транзитної зони та кімнат підготовки лиж для спортсменів, що використовують крісла колісні або пересуваються на бобах.

2. Страхування учасників та організаторів:

Організатор спортивних змагань зобов'язаний застрахувати цивільну відповідальність членів Оргкомітету та суддівської колегії.

Кожен спортсмен, спортсмен-лідер та офіційна особа команди повинні мати чинний поліс добровільного страхування від нещасних випадків. Страховий договір повинен обов'язково покривати специфічні ризики зимового спорту, медичну евакуацію безпосередньо з лижної траси та транспортування до спеціалізованого закладу охорони здоров'я. Організація, яка заявляє команду, несе повну відповідальність за наявність належного страхування.

РОЗДІЛ IV. Правила складання Положення та внесення до нього змін

1. Підставою для проведення спортивних змагань є Положення (Регламент). Положення (Регламент) не повинно суперечити цим Правилам.

2. Положення розробляється згідно з чинними нормативними вимогами центрального органу виконавчої влади у сфері фізичної культури і спорту та обов'язково містить:

- цілі та завдання заходу;
- строки і місце проведення;
- керівництво та організацію;
- категорії учасників, спортивні класи та вимоги до спортсменів-лідерів;
- характер спортивних змагань (особисті, командні);
- програму спортивних змагань (із зазначенням дистанцій, стилів ходу та дат);
- безпеку та технічні умови підготовки трас і стадіону;
- умови класифікації спортсменів;
- умови підведення підсумків та нагородження (включаючи нагородження спортсменів-лідерів);
- фінансові умови, строки і порядок подання заявок.

3. Під час проведення спортивних змагань у разі виникнення форс-мажорних обставин (температура нижче -20 С, ураганний вітер, брак снігу) Журі спортивних змагань має виключне право змінювати розклад стартів, порядок дистанцій або коригувати довжину кіл дистанції із негайним інформуванням представників усіх команд.

РОЗДІЛ V. Умови участі, спортивні класифікації, реєстрація та заміна спортсменів

1.Умови допуску та реєстрація:

Спортсмени допускаються до спортивних змагань на підставі офіційної іменної заявки, документа, що посвідчує особу, медичного висновку про допуск, підписаної декларації спортсмена та страхового поліса.

Для категорії спортсменів з порушеннями зору в заявці обов'язково зазначається прізвище та дані спортсмена-лідера (гайда) для кожного виду програми.

2.Вікові вимоги:

Змагальний сезон триває з 01 липня поточного року до 30 червня наступного року.

До дорослих спортивних змагань допускаються спортсмени, яким у календарному році закінчення сезону виповнюється щонайменше 16 років. Юніори та юніорки змагаються у віковій групі до 20 років.

3. Спортивна класифікація:

Спортсмен зобов'язаний мати підтверджений статус спортивного класу. Спортсмени, які не пройшли класифікацію, отримують статус «Новий» та змагаються за найвищим відсотковим фактором своєї категорії (NS3, LW4, LW12).

4. Попередні та фінальні заявки:

Поіменний перелік та розподіл по групах подаються головному секретарю не пізніше ніж за 2 години до зборів представників команд.

5. Порядок заміни спортсменів (Substitutions):

Після жеребкування заміна дозволена лише в разі форс-мажору (раптова травма або хвороба), завіреного офіційним висновком лікаря спортивних змагань, не пізніше ніж за 2 години до старту гонки.

У разі травми на передстартовій розминці Журі може надати дозвіл на заміну безпосередньо до моменту старту.

Якщо знятого учасника було відібрано для антидопінгового контролю, цей контроль обов'язково проводиться у нього, а також у спортсмена, що виходить на заміну.

Стартова позиція заміненого спортсмена:

В інтервальних стартах стартову позицію визначає Журі;

У масових стартах спортсмен на заміну стартує з кінця свого класового ряду;

В естафетах – заміна здійснюється без зміни черговості решти етапів, але склад повинен не перевищувати ліміт відсотків (335% або 375%).

РОЗДІЛ VI. Розподіл на групи, жеребкування та стартові номери

1. Принципи формування стартового порядку:

Стартовий список формується на основі поточних рейтингових пунктів національного рейтинг-листа або за допомогою жеребкування.

Головний принцип розстановки спортсменів у спортивних змаганнях з пара лижних перегонів – мінімізація обгонів на трасі. Швидші класи завжди стартують раніше.

В індивідуальних дистанційних гонках з інтервальним стартом найсильніші спортсмени стартують наприкінці своєї групи або категорії (реверсний порядок за очками).

2. Жеребкування :

Жеребкування проводиться за участю членів Журі та представників команд вручну (методом подвійного випадкового вибору) або комп’ютерним методом.

Якщо використовується груповий розподіл, спортсмени діляться на групи (зазвичай I, II, III), де група I формується з найсильніших. Жеребкування проводиться окремо для кожної групи.

3. Стартові нагрудні номери:

Номери повинні бути виразними, чітко читатися з грудей та спини.

Специфікація номера спортсмена-лідера:

Спортсмен-лідер носить спеціальний жилет/номер обов'язково яскравого жовтого, помаранчевого або червоного кольору.

Спереду обов'язково розміщується велика контрастна літера «**G**» або напис «**Guide**».

Ззаду номер може бути доповнений індивідуальним контрастним геометричним малюнком за погодженням зі спортсменом для полегшення зорової фіксації.

4. Номери на стегно та борт боба (Leg / Sit-ski Bibs):

У спортивних змаганнях із масовим стартом, фіналах індивідуального спринту та на останньому етапі естафет спортсмени зобов'язані прикріплювати додаткові номери на стегно ноги або на бічний борт саней-боба з того боку, який спрямований до фінішної камери.

РОЗДІЛ VII. Спортсмен-лідер у категорії спортсменів з порушеннями зору.

1. Обов’язковість спортсмена-лідера:

спортсмени класів **NS1** та **NS2** зобов'язані долати дистанцію у супроводі лідера. Спортсмени класу **NS3** мають право самостійно обирати формат виступу (з лідером чи без).

2. Способи ведення та зв'язку:

Супровід здійснюється виключно голосом.

Дозволяється використання портативного голосового підсилювача (мегафона) чи двостороннього закритого радіозв'язку між спортсменом-лідером та спортсменом. Гучність звукових засобів не повинна створювати перешкод суперникам. Будь-які інші електронні засоби керування заборонені.

3. Траєкторія та правила руху:

Спортсмен-лідер рухається попереду спортсмена в тій самій лижні або сусідній колії. На спусках або відкритих ділянках спортсмен-лідер може рухатися позаду або поруч, якщо це забезпечує безпеку та не блокує інших учасників.

Категорично заборонено перебувати між іншим спортсменом та його спортсменом-лідером (правило блокування).

4. Заборона тяги та штовхання:

Будь-який фізичний контакт між гайдом та спортсменом під час руху заборонено. Забороняється буксирувати, тягнути або штовхати спортсмена вперед.

Виняток щодо безпеки: на складних ділянках (круті спуски, віражі) спортсмену-лідеру дозволено підтримувати спортсмена за одну руку чи палицю без виконання активного штовхання чи одночасного поштовхового руху.

5. Процедура старту та фінішу:

На старті спортсмен-лідер розміщується у тому самому коридорі попереду спортсмена на спеціально винесеній допоміжній лінії.

Фіксація результату на фініші здійснюється виключно за спортсменом (за носком переднього черевика). Час спортсмена-лідера окремо не враховується.

6. Заміна лідера під час гонки:

Дозволяється одна заміна виключно на дистанціях понад 5 км та до двох замін на дистанціях понад 10 км і лише у межах транзитної зони стадіону за умови попередньої реєстрації запасного спортсмена-лідера.

7. Нагородження:

спортсмен-лідер нагороджується аналогічною медаллю, дипломом чи призом разом зі спортсменом, якщо він успішно пройшов усю дистанцію гонки.

РОЗДІЛ VIII. Медичні вимоги

1. Відповідальність за стан здоров'я учасників несуть організації, що їх направляють, та особисті тренери.

2. Медичне забезпечення спортивних змагань включає розгорнутий медпункт, присутність спортивного лікаря, реанімобіля та чергової бригади санітарної евакуації на снігоходах, адаптованих для перевезення спортсменів у санних ношах.

РОЗДІЛ IX. Недопущення до старту (NPS) та дисциплінарні покарання

1. Недопущення до старту (NPS — Not Permitted to Start):

Спортсмен не допускається до старту у разі:

невідповідності адаптивного інвентарю вимогам безпеки;

відсутності або неналежного носіння світлонепроникних окулярів у класі NS1;

відсутності обов’язкового гайда у класах NS1 та NS2;

невідповідності форми/номера спортсмена-лідера встановленим нормам;

відмови від проходження обов’язкового медичного контролю;

Якщо спортсмен стартував усупереч забороні, Журі застосовує дискваліфікацію (DSQ).

2. Види та критерії покарань:

Усне попередження: повідомлення спортсмену чи спортсмену-лідеру про те, що маневр близький до порушення правил.

Письмове попередження: за технічні помилки, порушення правил розмітки, що не надали прямої переваги. Два письмових попередження за один сезон автоматично перетворюються на дискваліфікацію.

Часовий штраф:

Інтервальний старт: фальстарт карається штрафом щонайменше 15 секунд;

Старт переслідування / фінали спринту: фальстарт карається штрафом у розмірі відіграного часу плюс фіксовані 10 секунд (спринт) або 30 секунд (масстарт);

Порушення регламенту передачі естафети: штраф не менше 30 секунд.

Пониження в місці (Релегація): у фіналах спринту за створення ненавмисних перешкод спортсмен зміщується на останнє місце заїзду/раунду із занесенням письмового попередження.

Дискваліфікація (DSQ): навмисне блокування, несанкціонована допомога, повторне порушення техніки класичного стилю або використання ніг для керування лижним бобом.

Будь-яка санкція, застосована до спортсмена-лідера, в повному обсязі поширюється на виступ його спортсмена.

РОЗДІЛ X. Регламент подання та розгляду протестів

1. Форма та строки:

Протести подаються виключно у письмовій формі представником команди на ім'я технічного делегата через офіс спортивних змагань (секретаріат).

Строки подання:

- проти допуску учасника чи спорядження — до початку офіційного жеребкування;
- проти стану траси – не пізніше ніж за 15 хвилин після офіційного перегляду траси;
- проти дій суперника, суддів чи помилок хронометражу – **протягом 15 хвилин після** оприлюднення неофіційних протоколів гонки;
- проти рішень Журі – протягом 15 хвилин після офіційного оголошення рішення.
- У спринті через стислість програми протести під час півфіналів не розглядаються; претензії приймаються лише після завершення фіналу.

2. Порядок розгляду:

Журі проводить засідання за участю зацікавлених сторін та свідків. Голосування є закритим.

Рішення ухвалюється простою більшістю голосів (за рівності голос технічного делегата є вирішальним).

Рішення Журі заноситься до протоколу та негайно публікується на дошці оголошень із зазначенням часу вивішування.

Апеляція на рішення Журі може бути подана до Апеляційної комісії протягом 48 годин після оприлюднення результатів із внесенням апеляційного депозиту.

РОЗДІЛ XI. Права та обов'язки спортсменів (включаючи спортсменів-лідерів)

1. Загальні обов'язки спортсмена та спортсмена-лідера:

Знати ці Правила, Положення про спортивні змагання, неухильно їх дотримуватися та проявляти високу спортивну етику.

Дотримуватися правил безпеки під час тренувань, розминки та гонки з урахуванням рельєфу, погодних умов, стану снігового покриву та скупчення інших учасників на трасі.

Пересуватися змагальною трасою виключно у визначеному правилами та розміткою напрямку руху. Рух у зворотному напрямку категорично заборонений, за винятком випадку повернення до точки помилки після сходу з розміченої траси за умови, що це не створює небезпеки іншим.

Завчасно з'явитися в зону старту з належним чином закріпленим стартовим номером (нагрудним номером, номером на стегно / на борт лижного боба, транспондерами хронометражу) і стартувати у визначений протоколом час.

Подолати всю дистанцію самостійно, використовуючи лише власні сили, адаптивний інвентар і дозволену техніку пересування. Зовнішня допомога лідерів-пейсмейкерів чи підштовхування забороняється.

У разі сходу з дистанції негайно зняти стартовий номер та сповістити про це найближчого контролера траси чи суддю на фініші.

З'явитися на офіційну церемонію нагородження у встановленій формі. Неявка без поважної причини веде до втрати прав на медалі та нагороди.

2. Специфічні обов'язки та заборони в пара категоріях:

Категорія спортсменів «Стоячи» (класи LW10–LW12): спортсмену заборонено використовувати одну або обидві ноги для керування, гальмування лижним бобом під час руху на трасі.

Допомога при падінні для спортсменів категоріях «Сидячи»: спортсмену на лижному бобі, який упав, дозволяється приймати допомогу від офіційних осіб, суддів або тренерів для підняття лижного бобу та повернення в колію. Повернення в гонку має відбутися точно в тому місці, де сталося падіння.

Категорія спортсменів з порушеннями зору (клас NS1): спортсмени зобов'язані протягом усієї гонки носити затверджені непрозорі світлонепроникні окуляри або пов'язки. Зняття або зсув окулярів тягне за собою дискваліфікацію.

Заборона радіозв’язку з тренерами: будь-які радіосистеми, бездротові гарнітури чи телефони між спортсменами та тренерами під час гонки заборонені. Радіозв'язок дозволений виключно в парі «спортсмен-лідер — спортсмен категорії з порушеннями зору (**клас NS1)**».

3. Права спортсмена:

Отримувати медичну допомогу та офіційне харчування/напої на дистанції у встановлених місцях.

Замінити пошкоджену або зламану лижну палицю під час гонки.

Замінити зламану лижу чи кріплення за умови обов'язкового надання пошкодженого інвентарю суддям/Журі після фінішу для технічної експертизи.

Власноруч (без сторонньої допомоги) зіскрібати лід та сніг із колодки лиж або наносити мастило тримання під час класичних дистанційних гонок за межами нарізаної лижні. Спеціальний виняток: спортсмени класів LW5/7, LW6, LW8 та категорії «порушення зору» мають право отримувати технічну допомогу офіційної особи команди для очищення колодки або підмазування.

Звертатися безпосередньо до суддівської колегії з питань інформації та подання протестів у разі відсутності представника або тренера команди.

РОЗДІЛ XII. Обов'язки та права представників і тренерів

Представник команди є її офіційним керівником, який відповідає за поведінку, дисципліну спортсменів, супровідного персоналу та спортсменів-лідерів під час спортивних змагань.

1. Обов'язки представника і тренера:

Досконало знати та неухильно виконувати ці Правила та Положення про спортивні змагання з пара лижних перегонів.

Брати участь у засіданнях представників команд (капітанських нарадах) та офіційному жеребкуванні. Заміна представника іншою особою без доручення або представництво іншої команди заборонені.

Забезпечувати своєчасне подання фінальних іменних заявок, медичних довідок, класифікаційних карток та інформації про спортсменів-лідерів.

Забезпечити своєчасну явку спортсменів на контроль спорядження, передстартовий скринінг фтору та вихід на старт.

Не залишати зону спортивних змагань доти, доки всі спортсмени команди не фінішують або їх сходження з дистанції не буде офіційно зафіксоване головним секретарем.

Не втручатися в оперативні дії суддівської колегії та не створювати перешкод роботі суддів.

2. Права представника команди:

Отримувати від оргкомітету, головного секретаря та технічного делегата вичерпну технічну інформацію щодо параметрів траси, профілів рельєфу, погодних умов, жеребкування та результатів.

Подавати письмові заяви про заміну спортсменів у встановлені Правилами строки.

Подавати від імені спортсмена чи команди офіційні обґрунтовані протести.

Бути присутнім під час розгляду Журі поданого його командою протесту (до моменту закритого голосування).

РОЗДІЛ XIII. Регламент дій тренерів та офіційних осіб на трасі

1. Заборона перебування на лижах на трасі:

Починаючи з моменту за 5 хвилин до початку першого старту і до завершення гонки (поки замикаючий суддя не закриє трасу) всім тренерам,

сервісменам, офіційним особам та спортсменам, що не беруть участі у гонці, **категорично заборонено пересуватися трасою на лижах**.

Усі офіційні особи зобов'язані перебувати у визначених тренерських зонах обабіч траси **без надягнених лиж**.

2. Супровід та передача інформації на дистанції:

Під час інформування спортсмена про поточний час, відрив або техніку тренеру чи офіційній особі дозволяється бігти поруч зі спортсменом дистанцію **не більше 30 метрів**.

Під час цього супроводу суворо заборонено створювати будь-які перешкоди суперникам або торкатися спортсмена чи його інвентарю.

3. Пункти харчування та допомога:

Передача рідини, спортивного харчування чи палиць на заміну дозволяється **виключно зі стаціонарного нерухомого положення** на узбіччі траси без бігу вперед чи супроводу.

4. Тестування лиж та розминка:

Тестування лиж та розминка спортсменів і персоналу команди дозволяються лише у відведених зонах та на відкритих ділянках траси у суворо визначений Журі час і тільки у змагальному напрямку руху.

Використання електронних радарних приладів та систем вимірювання швидкості ковзання на трасі під час спортивних змагань та офіційних тренувань заборонено.

РОЗДІЛ XIV. Суддівська колегія та Журі спортивних змагань

1. Головна суддівська колегія (ГСК):

Організацію суддівства забезпечує ГСК у складі: головного судді, технічного делегата, заступників головного судді (по трасах, зі стадіону, з хронометражу, з безпеки та контролю, з інформації, з медичного забезпечення, з контролю спорядження), головного секретаря та асистента ТД.

2. Склад Журі спортивних змагань з пара лижних перегонів:

Журі є найвищим розпорядчим органом під час спортивних змагань.

На чемпіонатах та кубках України до складу **Журі входять 3 повноважні члени з правом голосу:**

1) **Технічний делегат (ТД)** – очолює Журі, веде засідання (вирішальний голос у разі рівності);
2) **Головний суддя спортивних змагань**;
3) **Асистент технічного делегата (TDA)**.

- **Члени Журі без права голосу:**

- **Контролер адаптивного інвентарю та класифікації** – надає Журі експертні висновки щодо відповідності лижних бобів, протезів, окулярів та специфіки функціональних класів;

3. Обов'язки та повноваження Журі:

Перевірка гомологації трас, стану стадіону та наявності захисних огорож і матів на спусках.

Контроль за дотриманням відсоткових коефіцієнтів спортсменів у стартових та фінішних протоколах.

Прийняття рішень про затримку, перенесення, призупинення чи скасування гонки.

Розгляд протестів і прийняття рішень щодо накладення санкцій (попередження, штрафи, релегація, дискваліфікація).

У спринті рішення щодо очевидних порушень класичної техніки або блокування можуть ухвалюватися одностайно двома членами Журі (включаючи ТД) за скороченою процедурою.

РОЗДІЛ XV. Формати спортивних змагань та параметри дистанцій (вимоги для пара лижних перегонів)

Змагальні дисципліни:

Індивідуальні перегони з інтервальним стартом.

Пара масовий старт із застосуванням гандикапу.

Індивідуальний спринт.

Естафети (змішана та відкрита).

1. Таблиця офіційних дистанцій та довжини кіл:

Формат спортивних змагань	Категорія учасників	Офіційна дистанція (км)	Номінальна довжина кола (км)
Дистанційні перегони	Сидячи	5; 10; 20	2,0; 2,5; 3,3; 5,0
Дистанційні перегони	Стоячи та порушення зору	5; 10; 20	2,5; 3,3; 3,75; 5,0
Індивідуальний спринт	Сидячи	0,6 – 1,2	0,3 – 1,2 (1 або 2 кола)
Індивідуальний спринт	Стоячи та порушення зору	0,8 – 1,6	0,4 – 1,6 (1 або 2 кола)
Естафета (змішана / відкрита)	Усі класи (4 етапи)	4 x 2,5	2,5 (окремі кола для категорій «Сидячи» та «Стоячи»)

2. Особливості регламенту естафет (4 х 2,5 км):

Склад команди: від 2 до 4 учасників.

Стилі ходу: 1-й та 3-й етапи – класичний стиль, 2-й та 4-й етапи – вільний стиль.

Змішана естафета (Mixed Relay): участь обох статей є обов'язковою; сума відсотків команди – **не більше 335%**.

Відкрита естафета (Open Relay): формування вільне; сума відсотків команди – **не більше 375%**.

Пільгові знижки на відсоток: кожна спортсменка-жінка зменшує командний відсоток свого етапу на **15%**, кожен спортсмен на лижному бобі (категорія «Сидячи») – на **12%**, жінка в категорії «Сидячи» отримує сумарну знижку **27%**.

РОЗДІЛ XVI. Техніка пересування та обмеження інвентарю

1. Класичний стиль:

Включає поперемінні двокрокові та одночасні класичні ходи, рух «ялинкою» без фази ковзання та техніку проходження поворотів.

Заборонені будь-які ковзанярські кроки (одиночні або багаторазові відштовхування).

Адаптивна техніка «напівялинки» в пара спорті: спортсменам з ураженням нижніх кінцівок (категорія «Стоячи»), які через анатомічні обмеження не можуть долати круті підйоми традиційним ходом або «ялинкою», дозволяється застосовувати техніку адаптивної напівялинки: одна лижа ковзає прямо вперед у напрямку руху, а друга здійснює поштовх розгорнутим носком без фази ковзання.

Категорія спортсменів з порушеннями зору: Журі має право заборонити або навпаки зобов'язати застосування певної техніки на небезпечних відрізках для спортсменів із порушеннями зору та спортсменів-лідерів.

2. Вільний стиль:

Дозволяє всі способи пересування на лижах.

3. Обмеження довжини лижних палиць:

Для спортсменів категорій «Стоячи» та з порушеннями зору в класичному стилі максимальна довжина палиці – **83% зросту** спортсмена. У вільному стилі – **100% зросту**.

Зріст вимірюється в лижних черевиках без шапки; палиця міряється від металевого вістря до точки входу темляка в ручку.

4. Вимоги до лижних бобів:

Лижні боби для пара лижних перегонів повинні складатися з пристрою для сидіння з фіксованим сидінням, яке не можна регулювати під час гонки. Лижні боби встановлюються на пару бігових лиж або лижоролерів (для літніх спортивних змагань). Жодні пружини чи гнучкі зчленування не допускаються в

жодній частині лижних бобів, включно зі з'єднанням із лижами. З'єднання з лижами має бути жорстким.

Максимально допустима різниця у висоті між поверхнею сидіння спортсмена (точкою, де найнижча частина сідничного горба спортсмена розташована на стиснутій подушці сидіння, якщо така використовується, на поверхні сидіння/подушці сидіння) та верхньою частиною лижі (точкою на лижі без урахування кріплення, що розташована вертикально під сідничним горбом спортсмена) становить 40 см.

Індивідуальні винятки/допуски щодо ліміту висоти сидіння у 40 см розглядаються при класифікації в індивідуальному порядку, якщо спортсмен стикається з обмеженнями підгонки лижного боба через високий зріст/великі пропорції тіла/довгі нижні кінцівки.

Спортсмени, які змагаються в категорії «Сидячи», мають сидіти на лижному бобі протягом усього часу перегонів; це означає, що сідничні горби спортсмена повинні залишатися в контакті з сидінням упродовж усіх спортивних змагань.

Щоб запобігти зміщенню сідничних горбів із сидіння, верхня частина стегна (найбільш проксимальна частина стегнової кістки)/таз спортсмена повинні бути надійно пристебнуті до сидіння в точці, максимально наближеній до тазостегнового суглоба, за допомогою нееластичного матеріалу та стабільного фіксуючого елемента, закріпленого ззаду за задню частину рами сидіння.

З обох боків лижного боба має бути вільне місце розміром не менше 15 см х 15 см для чіткого розміщення наклейки зі стартовим номером.

РОЗДІЛ XVII. Рельєф та елементи лижних трас

1. Характер траси:

Лижна траса повинна бути збалансованою, максимально природною та гармонійно поєднувати підйоми, спуски та хвилясту пересічну рівнину.

Приблизний розподіл елементів: приблизно 1/3 – підйоми, 1/3 – рівнинні та хвилясті ділянки, 1/3 – різноманітні спуски.

2. Специфіка рельєфу для категорії спортсменів «сидячи»:

Траси для спортсменів на лижних бобах не повинні мати надмірно крутих та затяжних підйомів.

Спуски: категорично забороняються круті закриті повороти у нижній частині швидкісних спусків. Радіуси поворотів мають бути плавними, щоб спортсмен міг контролювати лижний боб. За необхідності на віражах насипаються та профілюються захисні снігові контруклони .

Зона викату зі спусків повинна бути прямою та повністю вільною від перешкод.

3. Маркування:

Траса чітко маркується прапорцями, щитами, стрічками.

Розвилки, перетини трас та небезпечні ділянки захищаються V-подібними щитами та м'якими захисними матами на деревах чи опорах.

Кілометрові покажчики повинні відображати фактичну пройдену дистанцію.

РОЗДІЛ XVIII. Гомологація трас (відповідність стандартам)

Усі офіційні чемпіонати та першості повинні проводитися на трасах, що мають чинний сертифікат гомологації FIS або Національної федерації.

1. Параметри гомологації:

ПВ (HD / Height Difference) – перепад висоти траси (різниця між найвищою і найнижчою точками);

МП (MC / Maximum Climb) – максимальний підйом траси;

СП (TC / Total Climb) – сумарний підйом дистанції.

2. Категорії ширини траси:

Категорія траси	Підйоми	Рівнина	Спуски	Змагальний формат
A	3,0 м	3,0 м	3,0 м	Інтервальний старт (класичний стиль)
B	4,0 м	4,0 м	4,0 м	Інтервальний старт (вільний стиль), Естафета (класика)
C	6,0 м	6,0 м	6,0 м	Масстарт (класика), Естафета (вільний), Спринт (класика)
D	9,0 м	7,5 м	6,0 м	Масстарт (вільний стиль), Спринт (вільний стиль)

РОЗДІЛ XIX. Підготовка лижної траси

1. Загальна механізована підготовка:

Траси готуються спеціальною снігоущільнювальною технікою (ратраками) по всій ширині. Полотно має бути щільним, рівним і витримувати навантаження.

Заборонено використовувати будь-які штучні хімічні реагенти для покращення ковзання, крім випадків використання солі за рішенням Журі для зміцнення мокрої та рихлої снігової каші.

2. Підготовка колії для класичного стилю:

Прорізається по ідеальній траєкторії руху.

Геометрія колії: глибина становить 2–5 см; ширина колії між серединами двох канавок – **22–23 см** (для забезпечення вільного ходу лижних бобів та бігових лиж); відстань між двома паралельними класичними лижнями – **не менше 1,20 м**.

На надто крутих віражах колія знімається, щоб спортсмен не вилітав із лижні на швидкості.

РОЗДІЛ XX. Стартові процедури та температурні межі

1. Процедура інтервального старту:

Стартовий інтервал становить зазвичай 30 секунд (15 секунд у кваліфікації спринту).

За 5 секунд до старту подається зворотний відлік: «5-4-3-2-1!», після чого лунає команда «Руш!» або електронний сигнал.

Положення на старті: стопи спортсмена (категорій «Стоячи» та з порушеннями зору) або переднє кріплення лижного боба повинні бути повністю за лінією старту в нерухомому положенні. Палиці можуть виноситися за лінію за вказівкою стартера.

Діапазон старту: старт дозволено в проміжку від 3 секунд до сигналу, до 3 секунд після нього. Старт раніше ніж за 3 секунди – фальстарт. Старт пізніше ніж через 3 секунди – запізнення (час рахується за розкладом протоколу).

2. Процедура масового старту та гандикапу:

За 2 хвилини подаються інструкції; за 1 хвилину – спортсмени займають позиції; за 30 секунд – повна тиша; звучить стартовий постріл/сигнал.

Перші 15–50 метрів (стартові коридори) спортсменам категорично заборонено змінювати колію або переходити на ковзанярський хід.

При старті переслідування (фінали спринту, пара масстарт) старт контролюється за цифровим світловим годинником.

3. Температурні обмеження:

Якщо температура повітря, виміряна в найхолоднішій точці траси, опускається **нижче -20^0 С**, спортивні змагання обов'язково переносяться або скасовуються рішенням Журі.

За складних погодних факторів (сильний вітер понад 10 м/с, висока вологість повітря, заметіль, мокрий штормовий сніг) Журі після консультації з лікарем спортивних змагань та представниками команд має право скасувати або перенести старти вже при температурі **від -15^0 С до -18^0 С**.

Здоров’я та безпека спортсменів, багато з яких мають специфічні порушення терморегуляції в уражених кінцівках, є абсолютним пріоритетом під час ухвалення рішення Журі.

РОЗДІЛ XXI. Система хронометражу та обладнання

1. Загальні вимоги до хронометражу:

На всіх спортивних змаганнях обов'язково використовується електронна система хронометражу, сертифікована/гомологована FIS або затверджена Федерацією, що працює у форматі часу доби.

Електронний хронометраж завжди дублюється повністю незалежною резервною системою ручного (мануального) хронометражу. Усі результати підлягають обов'язковій перехресній звірці між обома системами.

2. Основна (система А) та резервна (система В) системи:

Для фіксації результатів встановлюються дві ізольовані електронні системи (Основна – «А», Резервна – «В»).

Стартові турнікети/ворота повинні мати роздільні електронні контакти для незалежного запуску імпульсів у системи А і В.

3. Технології визначення часу на фініші:

Фотоелементи: встановлюються на фінішній лінії у кількості двох пар (одна підключена до системи А, друга – до системи В). Висота оптичного променя над сніговою поверхнею повинна становити **20–30 см**. Час фіксується в момент перетину світлового променя спортсменом.

Система фотофінішу: є обов'язковою на спортивних змаганнях високого рангу та у фінальних спринтерських забігах і масстартах. Фотофініш фіксує порядок та точний час перетину вертикальної фінішної лінії.

Транспондери (чіпи): активні бездротові датчики на ногах або бобах застосовуються для проміжного хронометражу, оперативних даних на табло та додаткового контролю.

Для категорії спортсменів «Сидячи»: транспондер категорично заборонено кріпити попереду переднього кріплення лижного боба.

Для категорії спортсменів з порушеннями кору: використання контрольного транспондера для спортсмена-лідера є обов'язковим з метою перевірки проходження повної дистанції разом зі спортсменом.

4. Момент перетину фінішної лінії за категоріями:

Категорії спортсменів «Стоячи» та порушеннями зору: фінішний час та позиція фіксуються за моментом, коли носок черевика ноги спортсмена, висунутої вперед, перетинає вертикальну площину лінії фінішу. Час та перетин фінішу спортсменом-лідером до уваги не беруться й окремо не реєструються.

Категорія спортсменів «Сидячи»: фінішний час та порядок перетину лінії визначаються виключно за **переднім кріпленням на лижі**, а не за корпусом спортсмена, лижами чи палицями.

Падіння на фініші: якщо спортсмен падає при перетині лінії фінішу, результат зараховується за встановленою контрольною точкою (носок черевика або переднє кріплення лижного боба) за умови, що всі частини тіла спортсмена перетнули фінішну лінію без будь-якої сторонньої допомоги.

5. Ручний хронометраж:

Використовуються електронні секундоміри з точністю реєстрації до сотих часток секунди (0,01 с), синхронізовані перед стартом першого учасника за часом доби із системами A і B.

Суддівська бригада хронометражу веде письмові та автоматичні роздруківки ручного часу на старті та фініші. У разі відмови основної електроніки ручний час приймається з урахуванням середньостатистичної поправки розходження систем.

РОЗДІЛ XXII. Визначення результатів, обчислення відсотків (Factors) та публікація протоколів

1. Розрахунок чистого реального часу:

Реальний час кожного спортсмена обчислюється шляхом віднімання зареєстрованого часу на старті від зареєстрованого часу на фініші.

2. Точність та округлення результатів:

Усі показники часу скорочуються (відкиданням зайвих тисячних/сотих часток) відповідно до змагального формату:

Змагальна дисципліна	Точність результату в протоколі	Приклад перетворення
Індивідуальні дистанційні гонки	**0,1 с** (до десятих)	38:24,381 - **38:24,3**
Кваліфікація індивідуального спринту	**0,01 с** (до сотих)	2:27,576 - **2:27,57**
Пара масовий старт (Para Mass Start)	**0,1 с** (до десятих)	51:14,290 - **51:14,2**
Естафетні гонки	**0,1 с** (до десятих)	1:04:12,65 - **1:04:12,6**

3. Застосування відсоткової системи факторів:

Офіційний підсумковий результат (розрахунковий час) в інтервальних гонках та кваліфікації спринту визначається шляхом множення реального чистого часу на затверджений відсотковий фактор класу:

Будь-які часові поправки за рішенням Журі додаються/віднімаються від реального часу до застосування відсотка (окрім фіксованих штрафів за фальстарт чи порушення естафети, які додаються до фінального результату).

4. Обчислення стартового часу в гонках переслідування та фіналах спринту:

У фіналах спринту та пара масстарті застосовується старт за гандикапом.

Час переможця кваліфікації (або найкращий реальний час референтної індивідуальної гонки) перераховується у **базовий час (B)**:

Відносний час старту кожного спортсмена (T) у секундах (округлений до цілих секунд) розраховується за формулою:

$$T = aR – (B \times 100) / iP$$

(де aR} — застосовний реальний час кваліфікації, iP — відсоток класу спортсмена).

Спортсмен із меншим відсотком (тяжче ураження) отримує стартовий час 0 секунд, а спортсмени з більшими відсотками стартують пізніше з інтервалами, що дорівнюють вирахуваній різниці. Переможцем заїзду стає той, хто першим перетнув фінішну лінію.

5. Дельта-час:

У підсумкових протоколах обов'язково відображається дельта-час, що показує, на скільки швидше у реальному часі спортсмену потрібно було бігти, щоб показати однаковий розрахунковий результат із переможцем:

Delta = Real Time i - (Calculated Time winner /Percentage i) x 100

6. Оприлюднення результатів:

Неофіційні протоколи: вивішуються на офіційному табло стадіону негайно після фінішу останнього учасника із фіксацією точного часу оприлюднення (початок 15-хвилинного періоду для протестів).

Офіційний підсумковий протокол: підписується технічним делегатом та головним секретарем після закінчення строку подання протестів і вирішення всіх спорів.

Обов’язкові реквізити протоколу: ПІБ спортсмена, спортивний клас, застосований відсоток (%), ПІБ спортсмена-лідера (для класу спортсменів з порушеннями зору), реальний час, розрахунковий час, дельта-час, статус позначок покарань (DNS, DNF, DSQ, NPS), параметри траси (HD, MC, TC) та погодні дані.

РОЗДІЛ XXIII. Спортивні змагання на пара лижоролерах

1. Загальні засади:

Цей розділ визначає особливості спортивних змагань на лижоролерах серед спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату та порушеннями зору, які проводяться на асфальтовому або штучному твердому покритті.

Усі положення щодо суддівства, дисциплінарних правил, відсоткової системи факторів та спортсменів-лідерів, визначені для пара лижних перегонів, діють для пара лижоролерів.

2. Вимоги до спортивного інвентарю та засобів захисту:

Захисний шолом та окуляри: обов'язкові для використання всіма спортсменами, спортсменами-лідерами та персоналом команд під час офіційних тренувань, розминки та спортивних змагань . Шолом повинен відповідати стандартам безпеки (DIN EN 1078 або еквівалент).

Лижоролери для категорії спортсменів «Стоячи» та з порушеннями зору:

- Діаметр коліс – не більше 100 мм;
- Міжосьова відстань рами – не менше 530 мм;
- У класичному стилі лижоролери повинні мати справний храповий механізм зворотного стопоріння коліс.

Лижні палиці: повинні мати твердосплавні наконечники для асфальту або пластикові захисні щитки-кошики безпеки. Обмеження довжини палиць: класика – 83% зросту + 2 см (поправка на платформу коліс); вільний стиль – не більше 100% зросту.

Єдиний пул лижоролерів: якщо оргкомітет надає однаковий прокатний інвентар, спортсмени зобов'язані використовувати виключно його; розподіл здійснюється сліпим жеребкуванням під наглядом члена Журі.

3. Формати спортивних змагань та дистанції на лижоролерах:

Формат спортивних змагань	**Категорія**	**Рекомендована дистанція (км)**	**Довжина кола (км)**
Дистанційні гонки	Сидячи	5 – 20	2,0; 2,5; 3,3; 5,0
Дистанційні гонки	Стоячи та порушення зору	5 – 20 (та понад 20)	2,5; 3,3; 5,0; 7,5
Індивідуальний спринт	Сидячи	**0,1 – 1,2**	0,1 – 1,2
Індивідуальний спринт	Стоячи та порушення зору	**0,2 – 1,6**	0,2 – 1,6
Естафети (Mixed / Open)	Усі класи	**4 x 2,5**	2,5

Примітка: Дистанції можуть коливатися в межах 5 %. Спринт до 200 м може організовуватися на підйомах із середнім ухилом до 10%.

4. Траса, стадіон та нормативи безпеки:

Траса повинна бути на 100% ізольована від стороннього транспорту та пішоходів.

Спуски не повинні містити різких закритих поворотів. На небезпечних ділянках оргкомітет зобов'язаний встановити спеціальні засоби зниження швидкості (штучні килими, доріжки трави тощо). Усі дерева, стовпи та парапети закриваються захисними матами висотою не менше 1,2 м.

5. Нормативи ширини лижоролерної траси:

Інтервальний старт: ширина траси – не менше 3,0 м (класика) та не менше 4,0 м (вільний стиль); фініш – не менше 3,6 м (класика) та 6,0 м (вільний стиль).

Старт переслідування та масовий старт: ширина траси – не менше 4,0 м (класика) та 5,0–6,0 м (вільний стиль); зона старту – 4,0–6,0 м (2–4 коридори); ширина фінішу – 4,0–8,0 м (3–4 коридори).

6. Зона викату:

Після лінії фінішу обов'язково обладнується пряма зона безпечної зупинки довжиною **не менше ніж 70 метрів** для спринту (у дистанційних гонках довжину визначає Журі).

7. Зона та специфіка передачі естафети на пара лижоролерах:

Довжина зони становить не менше **15 м**, ширина — не менше **10 м**.

Особливість: Фізичний дотик рукою між спортсменами не вимагається.

Передача естафети вважається офіційно здійсненою в момент, коли **переднє колесо лижоролера** спортсмена, що закінчує етап, перетинає стартову лінію зони передачі. Спортсмен наступного етапу стартує з абсолютно нерухомого положення.

Фальстарт на передачі карається часовим штрафом: відіграний час плюс мінімум 30 секунд штрафу, доданих до підсумкового часу команди.

IV. Антидопінгові заходи

1. Антидопінгові заходи під час спортивних змагань організовуються і проводяться відповідно до нормативно-правових актів, зазначених у пункті 8 розділу I цих Правил.

2. Відбір допінг-проб може проводитись під час усіх офіційних спортивних змагань та поширюється на всіх спортсменів, які беруть участь у спортивних змаганнях.

3. Організатори спортивних змагань здійснюють заходи щодо запобігання участі осіб, відсторонених або тимчасово відсторонених від спортивної діяльності у зв'язку з порушенням антидопінгових правил. Зокрема, організатори під час прийняття заявок, під час реєстрації учасників спортивних змагань, затвердження суддівського складу тощо здійснюють перевірку кожного з учасників на відсутність його у списках відсторонених чи тимчасово відсторонених на сайті НАДЦ, на сайті відповідної міжнародної спортивної федерації та на сайті Міжнародного агентства з тестування. У випадку наявності інформації про відсторонення такі особи (спортсмени, тренери, лікарі, інший допоміжний персонал спортсмена) не допускаються до участі у спортивних змаганнях.

4. Організатори спортивних змагань реєструють спортсменів до участі у спортивних змаганнях при умові проходження ними сертифікованих курсів антидопінгової освіти, прослуханих на освітній платформі Всесвітнього антидопінгового агентства ADEL, організованих за участі відповідної міжнародної спортивної федерації чи Національного антидопінгового центру.

5. Організатори спортивних змагань забезпечують належні та сприятливі умови для проведення тестувань спортсменів, зокрема облаштовують пункт допінг-контролю, який відповідає вимогам Міжнародного стандарту з тестувань і розслідувань ВАДА.

6. Організатори спортивних змагань забезпечують безперешкодний доступ офіцерів допінг-контролю та іншого персоналу з відбору допінг проб до пункту допінг-контролю, всіх приміщень та місць проведення спортивних змагань, де можуть перебувати спортсмени та їх допоміжний персонал, судді та представники організаторів.

7. Організатори спортивних змагань забезпечують недопущення перешкоджання чи втручання в роботу офіцерів допінг контролю чи іншого персоналу з відбору допінг-проб під час процедури тестування спортсменів (зокрема під час повідомлення спортсменів про обрання їх для тестування,

здійснення супроводження спортсменів до пункту допінг-контролю, здійснення процедур під час здачі спортсменом допінг-проби, документального оформлення процедури допінг-контролю тощо.

8. Організатори спортивних змагань по можливості у найкоротший термін інформують НАДЦ про всі виявлені випадки можливих порушень антидопінгових правил (використання, зберігання, призначення, розповсюдження заборонених речовин, втручання в процедури допінг-контролю тощо).

Начальник Українського центру з фізичної культури
і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт» Оксана СКУГАРЕВА

ПОГОДЖЕНО
Президент Національного комітету спорту інвалідів України

_____Валерій СУШКЕВИЧ

Президент Української федерації спорту інвалідів з ураженнями опорно-рухового апарату

_____Олена ЗАЙЦЕВА

Президент Спортивної федерації незрячих України

_____Любов ЖИЛЬЦОВА

Зміст

I. Загальні положення 2
II. Організація та проведення спортивних змагань 4
1. Характер та ранг спортивних змагань 4
2. Мінімальні кваліфікаційні стандарти 4
3. Порядок і терміни подання заявок на спортивні змагання 4
4. Придатність спортсменів 5
5. Критерії допуску та формат спортивних змагань 5
III. ПРАВИЛА СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ З ПАРА ЛИЖНИХ ПЕРЕГОНІВ 6
РОЗДІЛ I. Терміни та скорочення, що вживаються у цих Правилах: 6
РОЗДІЛ II. Види змагань та програма 6
1. Змагальні категорії (Categories): 6
2. Офіційні змагальні дисципліни та дистанції: 6
3. Паритет дистанцій: 7
РОЗДІЛ III. Організаційні засади проведення спортивних змагань та страхування 7
1. Безбар'єрність та доступність середовища: 7
2. Страхування учасників та організаторів: 7
РОЗДІЛ IV. Правила складання Положення та внесення до нього змін ... 7
РОЗДІЛ V. Умови участі, спортивні класифікації, реєстрація та заміна спортсменів 8
3. Умови допуску та реєстрація: 8
4. Вікові вимоги: 8
5. Спортивна класифікація: 8
6. Попередні та фінальні заявки: 9
7. Порядок заміни спортсменів (Substitutions): 9
РОЗДІЛ VI. Розподіл на групи, жеребкування та стартові номери 9
1. Принципи формування стартового порядку: 9
2. Жеребкування : 9
3. Стартові нагрудні номери: 9
4. Номери на стегно та борт боба (Leg / Sit-ski Bibs): 10
РОЗДІЛ VII. Спортсмен-лідер у категорії спортсменів з порушеннями зору. 10

1. Обов’язковість спортсмена-лідера: 10
2. Способи ведення та зв'язку: 10
3. Траєкторія та правила руху: 10
4. Заборона тяги та штовхання: 10
5. Процедура старту та фінішу: 10
6. Заміна лідера під час гонки: 11
7. Нагородження: 11
РОЗДІЛ VIII. Медичні вимоги 11
РОЗДІЛ IX. Недопущення до старту (NPS) та дисциплінарні покарання 11
1. Недопущення до старту (NPS — Not Permitted to Start): 11
2. Види та критерії покарань: 11
РОЗДІЛ X. Регламент подання та розгляду протестів 12
1. Форма та строки: 12
2. Порядок розгляду: 12
РОЗДІЛ XI. Права та обов'язки спортсменів (включаючи спортсменів-лідерів) 12
1. Загальні обов'язки спортсмена та спортсмена-лідера: 13
2. Специфічні обов'язки та заборони в пара категоріях: 13
3. Права спортсмена: 13
РОЗДІЛ XII. Обов'язки та права представників і тренерів 14
1. Обов'язки представника і тренера: 14
2. Права представника команди: 14
РОЗДІЛ XIII. Регламент дій тренерів та офіційних осіб на трасі 14
1. Заборона перебування на лижах на трасі: 14
2. Супровід та передача інформації на дистанції: 15
3. Пункти харчування та допомога: 15
4. Тестування лиж та розминка: 15
РОЗДІЛ XIV. Суддівська колегія та Журі змагань 15
1. Головна суддівська колегія (ГСК): 15
2. Склад Журі змагань з пара лижних гонок: 15
3. Обов'язки та повноваження Журі: 16
РОЗДІЛ XV. Формати змагань та параметри дистанцій (вимоги для пара лижних перегонів) 16

1. Змагальні дисципліни: 16
2. Таблиця офіційних дистанцій та довжини кіл: 16
3. Особливості регламенту естафет (4 х 2,5 км): 17
РОЗДІЛ XVI. Техніка пересування та обмеження інвентарю 17
1. Класичний стиль: 17
2. Вільний стиль: 17
3. Обмеження довжини лижних палиць: 17
4. Вимоги до лижних бобів: 17
РОЗДІЛ XVII. Рельєф та елементи лижних трас..... 18
1. Характер траси: 18
2. Специфіка рельєфу для категорії спортсменів «сидячи»: 18
3. Маркування:..... 18
РОЗДІЛ XVIII. Гомологація трас (відповідність стандартам)..... 19
1. Параметри гомологації: 19
2. Категорії ширини траси:..... 19
РОЗДІЛ XIX. Підготовка лижної траси 19
1. Загальна механізована підготовка:..... 19
2. Підготовка колії для класичного стилю: 19
РОЗДІЛ XX. Стартові процедури та температурні межі..... 20
1. Процедура інтервального старту:..... 20
2. Процедура масового старту та гандикапу: 20
3. Температурні обмеження: 20
РОЗДІЛ XXI. Система хронометражу та обладнання 21
1. Загальні вимоги до хронометражу: 21
2. Основна (система А) та резервна (система В) системи: 21
3. Технології визначення часу на фініші: 21
4. Момент перетину фінішної лінії за категоріями: 21
5. Ручний хронометраж: 22
РОЗДІЛ XXII. Визначення результатів, обчислення відсотків (Factors) та публікація протоколів 22
1. Розрахунок чистого реального часу:..... 22
2. Точність та округлення результатів: 22
3. Застосування відсоткової системи факторів: 22

4. Обчислення стартового часу в гонках переслідування та фіналах спринту: 23
5. Дельта-час: 23
6. Оприлюднення результатів: 23
РОЗДІЛ XXIII. Спортивні змагання на пара лижоролерах 23
1. Загальні засади: 23
2. Вимоги до спортивного інвентарю та засобів захисту: 24
3. Формати змагань та дистанції на лижоролерах: 24
4. Траса, стадіон та нормативи безпеки: 25
5. Нормативи ширини лижоролерної траси: 25
6. Зона викату: 25
7. Зона та специфіка передачі естафети на пара лижоролерах: 25
IV. Антидопінгові заходи 26