

# TELEMARK REGLEMENTS POUR JUGER

Note au lecteur

Ce document a été créé par le comité Telemark de la FIS pour faciliter la rédaction du document Règles générales et règlements pour les compétitions spécifiques, 1999-2000., 2ème section.

Les règles internationales du Telemark de compétition (ICR), Paragraphe 1606. Articles 1606.1, 1606.2, 1606.3 et 1606.4.

## **1606 Juge de Porte**

### **1606.1 Règles générales**

1606.2 Un juge de porte doit avoir une parfaite connaissance du règlement de passage correct des portes, ainsi que des règlements et instructions pour les juges de porte.

1606.3 Une décision de juge de porte doit être claire et sans ambiguïté.

1606.4 L'organisateur dont la responsabilité est d'avoir un nombre suffisant de juges qualifiés disponibles, rémunère les juges de porte.

## SOMMAIRE

1. Introduction
2. Courir en Telemark
3. Compétition de Telemark
  - 3.1 Slalom géant Telemark
  - 3.2 Classique Telemark
  - 3.3 Classique sprint Telemark
  - 3.4 Slalom parallèle Telemark
4. Le tracé des compétitions de Telemark
5. Le jugement
  - 5.1 Eléments du virage de Telemark
  - 5.2 Règles FIS : la technique juste du virage Telemark
  - 5.3 Règles FIS des virages et portes
  - 5.4 La manière de jugement
  - 5.5 Suggestions et conseils
6. Le jugement du saut
  - 6.1 Règles FIS : la technique juste d'atterrissage
  - 6.2 Le minimum de distance du saut
    - 6.2.1 Slalom géant
    - 6.2.2 La classique
    - 6.2.3 La classique sprint
  - 6.3 Les mesures des distances
  - 6.4 Le jugement du saut
  - 6.5 L'inspection
  - 6.6 Suggestions et conseils

## **1 Introduction**

Ce livret doit servir de guide de référence pour l'entraînement des juges de porte des compétitions de Telemark.

Les juges de porte et de saut ont un rôle vital dans l'organisation des courses et sont parties prenantes dans la détermination des résultats des courses.

Puisque le résultat et la place finale d'un compétiteur dans une course de Telemark sont déterminés par sa technique Telemark, la compétence des juges en terme de technique prend la plus grande importance. Il est primordial que les juges soient familiarisés avec les règlements des courses de Telemark et utilisent des critères de jugement similaires à la technique Telemark dans le but d'obtenir des résultats précis et consistants.

Ce livret a pour but de faciliter l'obtention de ces objectifs pour des compétitions de tous niveaux, y compris celles de Coupe du Monde.

## **2 Compétition de Telemark**

La compétition de telemark est similaire aux autres compétitions de ski par le fait que les résultats sont déterminés par le meilleur temps ou la meilleure addition de temps. Cependant, le résultat final d'une compétition de Telemark n'est pas seulement fonction de la vitesse mais aussi de la compétence du compétiteur à compléter la course en technique Telemark et à réaliser les manoeuvres particulières requises comme le saut. Si un compétiteur échoue dans l'exécution d'un virage Telemark ou dans le style d'un saut, le concurrent est pénalisé par l'ajout de temps additionnel à son temps final. Comme les pénalités de temps peuvent être ajoutées chaque fois que la technique Telemark n'est pas appliquée, il est dans l'intérêt du coureur de réaliser sa course du mieux possible. Il est du devoir des juges de noter toutes les erreurs des coureurs, que le coureur sorte de la course (par exemple en ratant une porte), ou qu'il n'applique pas les règlements de la technique Telemark.

## **3 Compétitions de Telemark**

Il y a 3 types de disciplines organisées en Coupe du Monde:

Slalom Géant Telemark

Classique Telemark

Classique Sprint Telemark

Une discipline non comptabilisée dans le combiné des Championnats du Monde appelée Slalom parallèle Telemark est périodiquement organisée. Un règlement FIS existe pour chacune de ces disciplines, il est brièvement décrit ci-dessous.

Slalom Géant Telemark

Similaire dans beaucoup d'aspects au Slalom Géant d'autres disciplines, le GS Telemark est rapide et technique avec l'addition de deux manches, tracées en une série de virages variés, un saut sur un dénivelé variant de 250 à 450 mètres et comprenant entre 28 (mini) et 63(maxi) portes.

### La Classique Telemark

Spécifique au telemark, la Classique teste toutes les capacités du skieur en une manche. La course comprend une partie ski de fond, slalom géant et super telemark, combinées avec au moins un saut, un ou deux virages 360 degrés et au moins un autre élément, dans un temps de 3 à 5 minutes.

### La Classique Sprint Telemark

Similaire à la classique, la Classique Sprint est plus courte et se déroule en deux manches. Le tracé est formé de 20-25 portes, un saut, une partie ski de fond et un virage 360 degrés pour un temps de course de 60 à 65 secondes. Elle est parfois courue en parallèle.

### Slalom parallèle Telemark

Sur un dénivelé de 60 à 100 mètres, ce parallèle comprend un saut, 11-17 portes et dure entre 20 et 35 secondes.

## 4. La course de Telemark

L'obligation de base du compétiteur en course est de réaliser la course entièrement. En compétition de Telemark, cela implique de skier dans un nombre de virages longs, moyens ou courts et dans d'autres éléments de course tels que le saut, une montée ou un virage à 360 degrés qui sont définis par des portes.

Ces portes, faites de piquets plastiques, sont habituellement placées en doubles et portent des banderoles. Elles alternent le bleu et le rouge sur la course et désignent où le skieur doit passer pour effectuer la course. Le coureur doit effectuer sa course entre ces portes; s'il ou elle ne réussit pas le faire, ou rate une porte, alors le coureur est disqualifié et ne sera pas classé. Cette disqualification est immédiate et le coureur est obligé de sortir de la course s'il réalise avoir raté une porte.

En examinant une course, les portes ressemblent à ça :

DESSIN (voir règles en anglais)

Un concurrent doit passer à travers ou entre ces portes. Dans cette illustration, le coureur a effectué sa course avec succès.

Si un coureur sort de la course ou rate une porte, il/elle est disqualifié/e. Le juge de porte doit consigner l'erreur en tant que "porte manquée" et dessiner un croquis simple sur la fiche de contrôle, comme celui-ci, pour illustrer l'erreur de course.

Sur la feuille de contrôle il y a un emplacement pour marquer d'une X lorsqu'un coureur manque une porte et aussi un emplacement pour dessiner un schéma de l'erreur. En cas de manque de place utiliser le verso de la feuille. Surtout n'omettez pas d'inscrire le numéro de dossard.

### Illustration feuille de contrôle

Note : Marquer d'une X lorsque le coureur n'effectue pas correctement le virage Telemark ou manque la porte.

ZONE COMPRENANT LES PORTES N°						
Dos N°	Technique Telemark					Parcours
	Phase transition (Faire 1 X)	Position talon (Faire 1 X)	Espace pied (Faire 1 X)	Pénalité (Réservé Chef contrôle)	Porte manquée (Faire 1 X)	Schéma du passage pour porte manquée

## **5. JUGEMENT DE PORTE**

### **5.1 Eléments du virage Telemark**

La principale caractéristique du ski de Telemark est que le talon de la chaussure n'est pas fixé au ski. C'est la raison pour laquelle le Telemark est souvent appelé « Free-heeling » (talon Libre). Cette caractéristique nécessite l'application d'un virage spécial appelé Telemark où le skieur laisse en arrière le pied et le ski intérieur. Le talon de la chaussure du ski ainsi traîné se décolle du ski et le genou se fléchit afin d'effectuer le virage. En compétition en dehors de la réalisation du meilleur temps possible, le coureur doit effectuer certaines parties du parcours en respectant cette technique Telemark. Lorsque le compétiteur n'effectue pas ces passages de la course en respectant la technique Telemark des secondes seront ajoutées à son temps final. Chaque fois que le coureur n'exécute pas correctement le virage Telemark sur les parties déterminées une pénalité de temps lui est attribué.

1 seconde pour chaque virage de porte mal exécutée

1 seconde pour un atterrissage de tremplin mal exécuté

Le virage Telemark se compose en général de plusieurs éléments qui sont :

- un changement de pied entre le ski extérieur conducteur et le ski intérieur,
- le décollement du talon de la chaussure du ski arrière,
- une distance de séparation entre les deux pieds durant le virage.

### **5.2 Règlement FIS du virage Telemark**

En compétition Telemark les normes qui déterminent la technique Telemark du virage et de l'atterrissage du tremplin sont précisément définies. Ces trois normes sont la base pour juger le virage Telemark.

- 1 *Les virages doivent s'enchaîner en un seul mouvement ininterrompu d'un virage à l'autre. Cela signifie, dès que le pied intérieur démarre son déplacement vers l'avant, c'est le départ d'un nouveau virage qui doit s'effectuer d'une manière continue sans interruption dans la position où la distance entre les deux pieds est égale à au moins une longueur de chaussure.*

Cela signifie que la transition d'un virage à l'autre entre les portes doit se faire d'une manière continue, sans hésitation ou pause en position parallèle ou presque parallèle. Ce transfert peut s'effectuer doucement ou rapidement (en général il est très rapide). Au cas où il y a une hésitation ou un temps d'arrêt, le coureur reçoit une pénalité qui doit être inscrite sur la feuille de contrôle.

- 2 *Le ski intérieur doit être le ski de derrière. La distance entre le bout de la chaussure intérieure et le talon de la chaussure extérieure doit être au moins égale à une grandeur de chaussure mesurée dans le sens des skis.*

Cela signifie que la distance entre les deux pieds doit être au minimum égale à une longueur de chaussure durant l'exécution du virage. Cette distance se mesure dans le sens de la longueur des skis, et non en diagonale ou perpendiculairement. Si l'espace entre les chaussures n'est pas respecté, le coureur reçoit une pénalité qui doit être inscrite sur la feuille de contrôle. Ce jugement peut s'avérer difficile sur certaines parties de la course, le contrôleur devra veiller à être bien placé pour avoir un bon aperçu du virage.

### 3 *Le talon de la chaussure du ski intérieur doit être distinctement levé.*

Cela signifie que le talon de la chaussure de ski arrière doit être très visiblement décollé du ski durant le virage. A cas où le talon n'est pas levé le coureur reçoit une pénalité qui doit être inscrite sur la feuille de contrôle.

## **5.3 Les règles FIS du virage et des portes**

Ajouté aux trois principaux articles, il y a des règles qui confirment et clarifient la technique :

- 4 Tous les virages doivent être exécutés avec la technique Telemark (1803.1 RIC)
- 5 Le compétiteur décide lui même où il exécute le virage en rapport avec les portes (1803.6)
- 6 Démarrer ou terminer un virage en technique Telemark skis parallèles au même niveau est interdit (1803.8)
- 7 Tomber dans une porte et/ou passé une porte sur un seul ski n'est pas pénalisant. (1803.9)

Les portes marquées en rouge et bleu annoncent aux coureurs l'obligation d'utiliser la technique Telemark. Les portes et les zones marquées par des banderoles jaunes indiquent la non obligation de la technique Telemark, ce sont des zones libres. La zone avant la première porte et après la dernière ne sont pas jugées.

Il y a des exceptions pour la Classique Telemark et la Classique sprint Telemark :

- Il n'y a pas de technique particulière à respecter dans la zone nordique.
- Il n'y a pas de jugement dans le loom.
- Il n'y a pas de jugement dans la transition entre deux virages dans les zones super Telemark. Les autres points d'écart des chaussures doivent être exécutés.

Chaque épreuve est différente par sa complexité et le nombre de portes, mais elles sont toutes similaires dans la manière de jugement.

- 8 Ne pas respecter la règle de la technique Telemark. Pour chaque faute. Une pénalité d'une seconde est ajoutée au temps total du compétiteur ; maximum 1 pénalité par porte. (1804.1, 1905, 2007, 2103.2).



*Vous aurez une feuille de contrôle pour +/- 20 coureurs ; ces feuilles sont normalement collectées durant les épreuves par une personne nommée. Si ce n'est pas le cas, veillez à les rendre au bureau de compétition dès la fin de l'épreuve.*

Pensez aux choses suivantes :

- 1 Inscrivez vos noms et prénoms sur la feuille de contrôle
- 2 Inscrivez et vérifiez la date, la discipline et le numéro de manche
- 3 Notez les dossards lorsqu'ils passent dans votre zone de jugement
- 4 Notez tous les coureurs, même ceux qui n'ont pas de pénalité
- 5 Indiquez toutes les portes ratées et les fautes de Telemark avec des « X »
- 6 Inscrivez toutes les erreurs
- 7 Si un coureur rate un porte, expliquez l'action par un petit croquis
- 8 Ne classez pas et n'additionnez pas les pénalités: Laissez libre la colonne «réservé aux officiels »

## **5.5**

Identifiez le numéro de dossard du compétiteur lorsqu'il/elle passe dans les portes dont vous êtes responsables et inscrivez un repère sur votre feuille de contrôle. Il est important de noter que la course ne suit pas forcément une suite croissante de numéros. Quelques fois un coureur peut rater un départ, être absent au départ, le coureur peut tomber et quitter le tracé avant votre endroit de jugement ce qui modifie l'ordre des dossards. Déroulement important, les départs du Géant et Classique sprint de la deuxième manche sont basés sur les résultats de la première manche. La lecture des numéros de dossards peut s'avérer difficile, il est essentiel de pouvoir déterminer les numéros avec exactitude.

Essayez de vous familiariser avec vos portes et les zones de jugement, choisissez le meilleur endroit qui favorisera la vision des passages des athlètes. Cela peut s'avérer délicat, particulièrement si les portes sont éloignées. Soyez vigilant au niveau des angles de vue relatifs à l'écart des chaussures.

Les athlètes ont l'habitude de glisser avec des vitesses importantes, ce qui complique l'évaluation de la technique Telemark. Essayez d'évaluer le style Telemark dans la chronologie de la course, jugez la phase transitoire entre deux virages en premier et l'écart des chaussures ensuite, examinez la totalité de votre zone que le coureur traverse, mémorisez une image durant la transition des virages, la position des talons et l'écart des chaussures doivent être enregistrés après le passage dans votre zone.

Le moindre doute doit être en faveur du compétiteur. Si vous avez un doute au niveau d'un virage réalisé en technique Telemark, l'avantage doit être donné à l'athlète. Si des fautes de style ne sont pas clairement détectées par le juge de porte, aucune pénalité ne doit être adjugée.

Evitez de divulguer, discuter, ou justifier vos jugements avec des coureurs ou des spectateurs; vous êtes seul responsables du jugement de vos portes.

Il y a des zones libres qui ne nécessitent nullement le respect de la technique Telemark, les coureurs sont libres et aucune pénalité ne peut être infligée. Ces zones sont marquées, habituellement avec des banderoles jaunes et avec une ligne au sol en amont et en aval de cette partie. Habituez-vous avec les portes et les zones de Telemark libre dont vous êtes responsables. En cas de doute, interrogez le chef contrôleur.

La zone avant la première porte est toujours libre, et celle après la dernière porte aussi. L'athlète est libre d'utiliser la technique qu'il veut tout en respectant le virage Telemark dans la première porte, à partir de laquelle il sera jugé.

Quitter une position et/ou changer de place peut gêner les compétiteurs.

Si des portes se démontent ou se cassent, remettez les en place au plus vite dans le lieu d'origine; dans le cas où ce n'est pas possible prévenez un officiel.

Restez sur votre lieu de contrôle jusqu'à la fin de l'épreuve, jusqu'à ce que la manche soit officiellement terminée, c'est à dire que l'information ait été annoncée par le speaker ou un officiel FIS.

Communiquez avec votre juge voisin de l'état de la course, des numéros de dossards ou d'autres détails.

Habillez-vous chaudement et n'hésitez pas à apporter de la nourriture et des boissons chaudes.

Evitez les boissons alcoolisées et/ou des aliments qui peuvent affecter votre jugement.

## **6. Jugement du saut**

Une zone unique et intéressante spécifique aux compétitions de Telemark, le saut. Il fait partie de toutes les épreuves de Telemark, les athlètes sont obligés d'accomplir de manière correcte leurs sauts, dans le cas contraire ils seront pénalisés. Pour sauter sans pénalité, les coureurs doivent atteindre la distance minimum définie par le jury de l'épreuve (ligne au sol indiquant cette distance) et atterrir en position Telemark. L'une ou l'autre erreur entraîne des pénalités.

### **6.1 Règlements FIS : Technique d'atterrissage correcte**

L'atterrissage en position Telemark est obligatoire pour tous les tremplins et toutes les disciplines (GS, CL, SP et P).

Dans le cadre d'un atterrissage juste et sans pénalité, le compétiteur se pose en position Telemark. Cette position est identique à celle requise lors des virages. Les coureurs doivent atterrir avec le talon levé et l'écart entre les chaussures doit être égal à une chaussure minimum.

- \* la distance entre la pointe de la chaussure intérieure et le talon de la chaussure extérieure doit être au minimum d'une chaussure, celle-ci mesurée dans la direction des skis.
- \* le talon du ski intérieur doit être très clairement levé du ski (sections 1803.4, 1903.2, RIS).
- \* Atterrir en position Telemark est définie comme être ou devenir en position Telemark lors de l'impact au sol. Si un athlète n'est pas en position Telemark à l'impact, il doit immédiatement le devenir sinon il sera pénalisé.
- \* Atterrir avec les pieds parallèles est interdit si, lors de l'impact, le coureur exécute un mouvement sans interruption immédiate de la technique parallèle. Dans ce cas le compétiteur se verra pénalisé d'une seconde, celle-ci sera ajoutée à son temps total. (article 1805.6, 1906.5, 2003.6 RIS).

## **6.2 Minimum de distance en saut**

Les pénalités pour les sauts sont identiques en GS, CL, SP et P, les pénalités de distances sont différents à chaque discipline.

### **6.2.1 Slalom Géant**

En slalom géant, la pénalité pour atteindre la distance de saut vaut deux secondes. (article 1805.7) Le maximum de pénalités par saut avec pénalité sur la distance et la technique d'atterrissage est de trois secondes.

### **6.2.2 Classique**

Dans la classique, il y a deux zones de pénalités. Atteindre la première zone (la plus proche) entraîne six (6) secondes de pénalités, la deuxième zone entraîne trois (3) secondes de pénalités. (article 1906.6). La troisième zone, la plus éloignée implique aucune pénalité de longueur. Le maximum de pénalités par saut est de 7 secondes, six pour la longueur et une pour l'atterrissage.

### **6.2.3 Classique sprint**

Les pénalités sans atteindre la distance sont de deux secondes. (article 2003.7) le maximum par saut étant de trois (3) secondes, deux pour la longueur et une à l'atterrissage.

Les distances de saut sont définies par un membre du jury, il peut y avoir une ligne pour les hommes et une ligne pour les femmes.

Les lignes doivent être marquées au sol avec du vin et/ou des branchettes de sapins (attention : évitez les colorants en poudre en cas de temps humide et les confettis sont strictement interdits).

### **6.3 La mesure des distances**

Les critères de mesure des distances pour les coureurs sont les mêmes pour toutes les courses (à part le slalom parallèle) et sont déterminés par la position du talon du pied arrière lors de l'impact :

\* la distance sautée par un compétiteur est mesurée par le talon de la chaussure arrière. (article 1805.5,1906.4,2003.5 RIS).

### **6.4 Formulaire de jugement du saut**

Un formulaire de jugement du saut ressemblera à celui-ci (ci-dessous). Il peut y avoir des variations mineures selon les différentes courses. Le formulaire ci-dessous est celui correspondant à la Classique, la plus complexe des courses.

NB : Si le compétiteur n'atteint pas la distance ou n'atterrit pas dans la position telemark, cocher d'une X dans la case correspondante.

COUREUR	DISTANCE		TECHNIQUE	PENALITES
	Limite 1ère zone = 6sec	Limite 2è zone = 3 sec		
N° Dos			Atterrissage en telemark	Réservé aux officiels

Un formulaire de jugement du saut sera remis le jour de la course. Chaque formulaire suffira pour évaluer 20 compétiteurs. Normalement, un officiel désigné ramassera les formulaires périodiquement pendant la course. Sinon, il faut les donner au bureau officiel immédiatement après la course.

NB :

- 1 - Noter son nom sur chaque formulaire rempli
- 2 - S'assurer que la date, la course et le numéro de référence figurent sur chaque formulaire. Si non, les indiquer.
- 3 - Noter le numéro de dossard de chaque compétiteur au moment où il passe le saut.
- 4 - Marquer chaque compétiteur sur le formulaire, même s'il n'y a pas de point technique ou pénalités attribués.

5 - Noter les erreurs de distance ou de technique seulement avec un X

6 - Noter toute erreur observée

7 - Ce n'est pas la peine de noter les temps des pénalités : tâche à laisser aux officiels dans la case pénalités

### **6.5 La reconnaissance du saut**

Tous les compétiteurs doivent effectuer au moins un saut d'essai. Un compétiteur qui ne le fait pas sera disqualifié. Utiliser les formulaires de jugement pour noter les compétiteurs qui ont effectué les essais de reconnaissance.

### **6.6 Conseils et suggestions**

Il peut s'avérer difficile d'identifier le numéro de dossard d'un coureur. Se positionner de façon à pouvoir l'observer. Communiquer avec les autres juges et officiels pour l'identification du dossard et toute autre information concernant la course.

Se positionner afin de pouvoir voir sans obstruction la zone d'atterrissage et les zones de distance.

En cas de doute noter en faveur du compétiteur.

Ne pas divulguer, ne pas discuter ni justifier ses décisions de pénalités avec quiconque. Vous êtes redevables seulement au chef des juges de portes.

Ne pas obstruer la vue du trajet du compétiteur. S'assurer que les spectateurs ne s'approchent pas de la zone d'atterrissage.

Rester en place jusqu'à la fin de la course.

S'habiller chaudement. Amener un sac à dos avec un pique-nique et une boisson chaude, si possible une pelle et un pare-vent.

S'abstenir de toute substance nocive qui pourrait altérer le jugement.











## **Formulaire de jugement aux portes**

Un juge pour 2 portes

Pénalités de style telemark

Date :

Course :

Numéro de manche

Nom du juge :

Juger le style à partir de la zone transitoire entre deux portes : pas de pénalités avant la première porte et après la deuxième porte. La ligne d'arrivée n'est jamais à une porte.

NB : Noter d'une X si le compétiteur n'effectue pas correctement le virage telemark ou s'il rate une porte.

