

滑 雪 規 則



人 民 体 育 出 版 社

第一章 滑雪运动竞赛的 項目和分組

第一条 滑雪競賽項目

一、速度滑行：1公里、3公里、5公里、10公里、20公里、30公里、50公里。

二、快速降下、回轉障礙降下、大型回轉障礙降下、速度滑行接力。

第二条 分組及其項目

一、男子：

(一) 成人組(17周歲以上)。項目：1. 速度滑行5公里、10公里、20公里、30公里、50公里；2. 快速降下、回轉障礙降下、大型回轉障礙降下(41周歲以上者不得超過30公里)。

(二) 少年甲組(15周歲至17周歲)。項目：1. 速度滑行8公里以內；2. 快速降下、回轉障礙降下。

(三) 少年乙組 (13周歲至15周歲)。項目: 1. 速度滑行 5 公里以內; 2. 快速滑下、回轉障礙降下。

二、女子:

(一) 成年組 (17周歲以上)。項目: 1. 1 公里、3公里、5公里、10公里; 2. 快速降下、回轉障礙降下、大型回轉障礙降下 (36周歲以上者, 不得超過 5 公里)。

(二) 少年甲組 (15周歲至17周歲)。項目: 1. 速度滑行 5 公里以內; 2. 快速降下、回轉障礙降下。

(三) 少年乙組 (13周歲至15周歲)。項目: 1. 速度滑行 3 公里; 2. 快速降下、回轉障礙降下。

第三條 速度滑行接力競賽每段距離

一、男子:

(一) 成年組: 速度滑行半公里、1 公里、2公里、3公里、5公里、10公里。

(二) 少年組: 速度滑行半公里、1公里、

2公里、3公里。

二、女子：

(一) 成年組：速度滑行半公里、1公里、2公里、3公里、5公里。

(二) 少年組：速度滑行半公里、2公里。

注：接力競賽之段數（每段1人）以4段為宜，但亦可在大會競賽規程中另行規定。

第二章 競賽參加者

第一條 對運動員的要求

一、運動員必須經過醫生檢查，認為身體健康方得報名參加比賽。

二、參加競賽的運動員必須服從醫師的督導。

第二條 運動員的權利和義務

一、運動員可以通過領隊向裁判長提出意見。

二、運動員在一日內只能參加一個項目的

競賽。如在一日內有兩項競賽時，運動員可自由選擇其中一項。

三、運動員必須了解競賽規則及競賽規程。

四、運動員必須遵守規則，服從裁判員的判決，否則予以警告或取消其競賽資格。

五、運動員如在中途棄權時，應親自或通過領隊向終點裁判長聲明。

六、点名不到或出發遲到者不准參加競賽。

第三條 運動員的服裝號碼

一、運動員應穿整潔合體的運動服裝。

二、運動員的號碼由主辦機關發給。運動員必須將號碼四角固定縫於胸前或背後。如號碼有錯誤或號碼未固定好時，不得參加競賽。

第四條 領隊及指導

一、每個參加競賽單位都應有領隊和指導。

二、領隊應負本隊的組織、紀律及保證本

單位隊員按時參加競賽的工作。

三、領隊或指導可參加抽籤和在必要時參加裁判委員會會議。

四、領隊不得干涉所有裁判人員的工作。領隊反映意見或有異議時，不得遲於當日並以書面材料提交裁判委員會。

五、領隊和指導的義務：

（一）在競賽結束後，領隊將本單位的運動員滑完全程情況向裁判長報告。如有個別運動員未能滑完規定之路綫時，應將其姓名、號碼一并通知裁判長，在裁判長允許後方可退出競賽地點，否則裁判長有權給領隊處分。

（二）領隊有責任與綫路裁判長及其他各項人員尋找未到終點的運動員。

第三章 競賽場地及設備

第一條 競賽地區

一、按滑雪競賽場地的性質可分為平坦地

区及起伏地区。平坦地区内包括有上坡、下坡部分；起伏地区包括有丘陵地区与山谷地区，其中亦应包括有上坡及下坡与平坦部分。平坦地区的总长度不得超过綫路总長的25%以上。在上坡及下坡的长度中最好能有轉弯及天然起伏地区。

二、在运动員出發前，应开辟出雪道（除軍事性滑雪）。开辟雪道时，起碼要有10至15名滑雪运动員事先滑过（尚应依据雪層决定）。如地形允許时，应滑出兩条相距1公尺至1公尺50公分的平行雪道（特別在共同出發地区）。

三、在綫路中不得包括有公路及小道，但是在条件限制下，亦可例外。

四、在長距离競賽时，根据需要在同一綫路上通过二次或三次。

五、綫路距离由檢查長，在競賽前（最晚不得迟于競賽前一日）測量好，并作出記錄。不超过50公尺的距离，应用鋼卷尺測量。

第二条 速度滑行場地的准备及設備

一、速度滑行綫路应选择坡度較大的起伏地区,其中应包括有上坡、下坡及弯道的地方。在坡度較大的地区,应指明最高与最低的差度。全綫路内的高度之差,男子不得超过350公尺;女子不得超过200公尺。

二、不应选择有可能使运动員發生危險的下坡或轉弯地区。

三、禁止在沒有封冻好的河流、湖泊、池沼以及在交通頻繁的公路上或鉄路上开辟滑雪綫路。

四、綫路上的危險地区应用顯明的旗子或其他物品标示。

五、共同出發点,应选择平坦开闊地区,并根据接力賽的組数,开辟平行滑道,其長度应在50公尺以上。在75至100公尺处,应逐漸匯合成1至2条雪道。

六、在共同出發点前100至150公尺处应准予运动員滑出雪道。

七、競賽前一天,在出發点处張貼出整个

綫路的平面簡圖。

八、在終点处应用旗門标以“終点”記号。終点应是平坦沒有障碍并能停留若干运动員的地方。在終点前端可开闢2至3条雪道。

九、綫路的标志及雪道之开闢，均应由檢查員負責办理，并应在檢查長的指導下進行，綫路上应用顯明的旗子作出标志，并应标出距离的数字（公尺），以使运动員通过时看到。

十、标志旗应插于离雪道 1 公尺以外地方。旗間距离要能使运动員滑过旗后能看到另一旗为宜。

十一、在同一綫路上進行数种競賽时，每一种競賽項目，应用不同顏色旗子标记。

十二、最后綫路之标志工作可在競賽当日進行。

十三、綫路中的危險地区应用顯明的黄旗标志。

十四、競賽前是否准予运动員驗看綫路，应按各次大会之規定处理，但競賽地形性質須

預先公布。

十五、在30公里以上的長距離競賽時（包括軍事性質的30公里競賽），裁判委員會應在中途設給養站。在50公里以上，給養站不得少于兩個。

第三條 回轉障礙滑行綫路之選擇及設備

一、回轉障礙滑行綫路之選擇應于競賽前20天進行。應選擇無危險的地帶（雪崩）。危險之程度由裁判長與綫路長負責確定。

二、應于競賽前15天將綫路上的上、下雪層用雪板攪拌搗固，以免運動員摔倒時留下任何痕跡。如降新雪時，亦應將新舊雪攪拌并搗固。在全國性競賽時，綫路之寬度應為30公尺。

三、已被選擇作為競賽用的山坡，應在離綫路不少于10公尺的地方圍擋起來。

四、綫路上的檢查門，最遲應于競賽前一小時準備妥當。

五、綫路上平均每隔12公尺至15公尺設

一檢查門。女子綫路上的檢查門，不得超過40个。

六、檢查門应用一对紅色或一对藍色的旗子組成。每一个檢查門应用不同顏色的旗子來做。門的寬度应为3公尺，門与門之間的距离不得少于75公分。在各門之外側柱上应标以號碼。插旗处应标以墨水点或其他顏色。

七、旗的規格为30×30公分。旗杆直徑为2.5公分至4公分；長2公尺至2.10公尺的。旗子离地面1.80公尺。

八、500公尺以上距离的競賽中，不能看到終点与起点时，最好設電話联系。在500公尺以下的距离中，如条件允許也可用電話联系。

九、運動員在通过綫路时，如綫路破坏，綫路員及工人应及时修好（特別在轉弯地方）。要把鋪雪堆平，并搗固受損的綫路。

十、在競賽当天場地应宣布“禁滑”。運動員只能从下向上通过以观察綫路。

第四條 大型回轉障礙降下檢查門的設備

一、門數不得少于30个，門的寬度最小为4公尺，最大为8公尺。門間的距離不得少于5公尺。檢查門的安插，要能使運動員在高速速度滑行時，都能順利通過。

二、大型回轉障礙降下的門，可用回轉障礙降下所用的竹或木柱等來制作（四个柱作一个門）；但旗子的規格为75×50公分，兩柱子上的底边，离雪面1公尺左右，相鄰的門应用紅、藍不同的顏色。

第五條 快速降下路線的選擇与設備

一、快速降下線路的選擇应在夏季進行，整个線路应为30公尺寬的斜坡，并应将線路当中的灌木林、木樁、石头等消除。

二、在競賽前20天就要確定線路及檢查門的布置，以便進行練習。檢查門的布置不得迟于競賽前兩天結束。

三、線路上的准备工作，应于競賽前20天完成。整个線路上的雪最好用雪板或其他方法

压緊。在綫路中应有天然的轉弯地方和各种山坡。特殊轉弯及飛跳后之压痕，均应很好的踏实，应不使运动員跌倒时在雪上留下任何板跡。所有危險地区应用黃色旗子标志，檢查門用藍色旗，指示方向用紅色旗。

四、競賽前24小时綫路即应“禁滑”。如果在練習过程中，使綫路受到嚴重的损坏时，綫路長对被损坏的綫路，有权略加改变。

五、路綫是用檢查門來表示的，門的数量与布置方法，由綫路長依綫路的坡度地形性質確定。

六、檢查門之寬度为8—12公尺，檢查門的旗用120×50公分的藍旗标示。旗柱長为200—210公分。旗离地面为1公尺。

七、綫路上除檢查門外，尚有指示方向的紅色旗，其布置最好能使在高速滑行时，清楚地看到另一个指示旗。为了更清楚地看出不明顯的小丘、窪地，可用小樹枝再作出标志。

八、競賽当天或前一天应指定熟練的滑

雪運動員試驗滑行。

第四章 裁判員及其職權

第一條 裁判員

一、裁判員應由主辦競賽機關委任，並須經體育運動委員會批准。

二、速度滑行裁判人員有：

- (一) 裁判長1人、副裁判長2人。
- (二) 記錄員3人。
- (三) 計時長1人、計時員4人以上。
- (四) 終點裁判員1至2人。
- (五) 發令員及助理各1人。
- (六) 距離檢查長1人。
- (七) 檢查員5人以上。
- (八) 檢錄員2人。

三、快速降下、回轉障礙降下、大型回轉障礙降下裁判人員有：

- (一) 裁判長1人，副裁判長2人。

(二) 綫路長1人。

(三) 綫路裁判員4人以上。

(四) 記錄員2人。

(五) 發令員及助理各1人。

(六) 計時長1人。

(七) 記時員2人以上。

(八) 終點裁判員1人。

四、在快速降下、回轉障礙降下及大型回轉障礙降下的競賽會中應有兩名醫生、三名護士。此外還應有雪橇救護隊組織，以從事救護受傷人員的工作。救護隊人數依綫路之長短決定。

五、如在一次運動會上同時舉行速度滑行、回轉障礙降下、快速降下等項目時，可成立一個裁判委員會，並設總裁判長1人、副總裁判長2人。

第二條 職權

一、裁判長

(一) 裁判長應於大會開始前檢查各項競

賽綫路是否合乎标准，并檢查一切設備及救护医药方面的准备情况。

(二) 依据各种不同競賽項目分配裁判人員的工作。

(三) 裁判長有下列各种权利：

1. 裁判長在競賽前發現滑行綫路不合标准时，有权变更競賽日期或時間。在競賽中如因綫路损坏以及天气不良时，有权中断競賽、变更日期或变更綫路。

2. 因競賽的需要，有权变更競賽項目的順序和日程。

3. 在競賽進行中，如裁判員犯有嚴重錯誤或不能勝任职务时，有权撤消其裁判工作。

4. 有权取消有意識犯嚴重粗暴行为及不合大会規定（如年齡、服裝、用具等）的運動員參加比賽。

5. 如有个别裁判員的判決有錯誤时有权取消其決定，并改判之。

6. 各項成績，应由裁判長審查簽名后，送

交記錄員發表。

(四) 裁判長在接到書面意見后，应于一小時內作出決定，并予答复。但必要时，可延至次日答复。

(五) 裁判長应于競賽前，召开裁判員會議。在競賽進行中認為有必要時，亦可召开臨時性的裁判員會議。

(六) 裁判長应在結束後三天內，將總結及記錄表等有关材料呈報主辦競賽機關。

二、副裁判長

(一) 副裁判長協助裁判長領導一切裁判工作，如裁判長缺席時，副裁判長之一得行使裁判長的職務。

(二) 可以依競賽項目（如快速降下、回轉障礙降下），分別負責各項目的具體領導工作。

三、計時長及計時員

(一) 計時長

1. 調整及分配計時表，并領導計時員、記