

## فصل ۲ : مسابقات کراس کانتری

بخش ۱: ویژگی های زمان مسابقه

کراس کانتری المپیک XCO

۲-۴-۰۰۱: مسابقات المپیک کراس کانتری در فرمت زیر اجرا می شود و یا خیلی نزدیک به آن.

حداقل	حداکثر	
۱:۰۰ ساعت	۱:۱۵ ساعت	۱- جوانان آقایان
۱:۰۰ ساعت	۱:۱۵ ساعت	۲- جوانان بانوان
۱:۱۵ ساعت	۱:۳۰ ساعت	۳- مردان زیر ۲۳ سال
۱:۱۵ ساعت	۱:۳۰ ساعت	۴- زنان زیر ۲۳ سال
۱:۳۰ ساعت	۱:۴۵ ساعت	۵- مردان بزرگسال
۱:۳۰ ساعت	۱:۴۵ ساعت	۶- زنان بزرگسال
۱:۱۵ ساعت	۱:۳۰ ساعت	۷- پیشکسوتان مرد
۱:۱۵ ساعت	۱:۳۰ ساعت	۸- پیشکسوتان زن

۲-۴-۰۰۲: در مسیر دورها در مسابقات XCO المپیک بایستی از نوار کشی که جذاب باشد و دید راحتی برای تماشاچیان و پوشش تلویزیونی داشته باشد.

و محل تغذیه و مکانیسم ها باید در دو منطقه تعیین شود.

مسیر بایستی از هر کیلومتر به وسیله ی نشانه های تشخیصی علامت گذاری شود تا مسافت باقی مانده مسابقه مشخص شود.

۲-۴-۰۰۳: دوچرخه سواران بایستی در یک گروه واحد، مسابقه را شروع کنند.

## کراس کانتری ماراتن xcm(مسافت)

۲-۴-۰۰۴: در مسابقات کراس کانتری ماراتن حداقل مسافتها ماراتن ۶۰ کیلومتر (ماراتن برای همه) و حداکثر مسافت : ۱۲۰ کیلومتر.

هر برگزار کننده می تواند مسافت ها را تغییر دهد. اما قبلا باید از UCI اجازه داشته باشد.

مسیر بایستی هر ۱۰ کیلومتر به وسیله نشانه های تشخیصی علامت گذاری شود تا نشان دهنده مسافت باقی مانده از مسیر مسابقه باشد.

مسابقه را می توان در یک دور برگزار کرد و یا حداکثر در ۳ دور.

اگر مسابقه در یک دور برگزار می شود خط پایان و خط استارت در یک مکان باشد.

اگر مسابقه در چندین دور برای زنان برگزار می شود مسیر میان بر وجود نداشته باشد.

۲-۴-۰۰۵: دوچرخه سواران بایستی در یک گروه واحد مسابقه را آغاز کنند.

## کراس کانتری نقطه به نقطه یا منطقه به منطقه XCP

۲-۴-۰۰۶: مسابقه در یک مکان شروع شده و در همان جا پایان می پذیرد.

مسابقات یک روزه XCP باید جزء مسابقات کلاس در تقویم جهانی UCI ثبت می شود.

مسابقات XCP جزء مسابقات XCO محسوب میشود، همانطور که در مسابقات قهرمانی کشور XCO باید لباس قهرمانی کشور پوشیده شود، در مسابقات قهرمانی جهان XCO باید لباس قهرمانی جهان XCO به تن کنند.

۲-۴-۰۰۷: دوچرخه سواری بایستی در یک گروه واحد مسابقه را آغاز کنند .

## کراس کانتری دور کوتاه XCC (پیست یا مسیر کوتاه)

۴-۲-۰۰۸: نقطه شروع و پایان مسابقه باید یکی باشد. هر دور مسابقه نباید بیشتر از ۲ کیلومتر با زمان ۲۰ تا ۶۰ دقیقه باشد. مسابقات XCC در تقویم جهانی به عنوان مسابقات کلاس ۳ برگذار میشود.

۴-۲-۰۰۹: موانع طبیعی یا مصنوعی تنها توسط نماینده فنی UCI تایید می شود. و در غیاب او سر داور وظیفه او را انجام می دهد.

## کراس کانتری حذفی XCE

۴-۲-۰۱۰: مسیر برای مسابقات کراس کانتری حذفی باید مابین ۵۰۰ متر و ۱۰۰۰ متر بوده و شامل موانع طبیعی و یا ساختگی باشد. تمامی مسیر باید ۱۰٪ قابل دوچرخه سواری باشد. در قسمت های سینگل ترک، در صورت امکان از علائم هشدار استفاده شود و در جاهایی که مانع مورد استفاده قرار می گیرد مسیر نباید بیش از یک پیچ ۱۸۰ درجه داشته باشد. منطقه استارت و پایان از هم جدا باشد.

موانع شامل درختان، پله های بالا و پائین، موانع پرش، پل ها یا موانع را می توان از چوب درست کرد. مسیر طبق قوانین ۴-۲-۲۰ تا ۴-۲-۲۹ علامت گذاری میشود.

ادامه مطالب در هفته های آینده.....

فراز شکری- عضو کمیته آموزش و پژوهش فدراسیون دوچرخه سواری