



Tabelle zur Berechnung der Punkte und Differenzzeiten für LANGLAUF und NORDISCHE KOMBINATION

Zeit in Sekunden	4 x 5 km Punkte	20 km Punkte	3 x 5 km Punkte	15 km Punkte	10 km Punkte	9 km Punkte	8 km Punkte	15 km Team Punkte	7,5 km Punkte	7 km Punkte	6 km Punkte	5 km Punkte	4 km Punkte	3 km Punkte	2 km Punkte	1 km Punkte
1	0,15	0,12	0,22	0,17	0,22	0,24	0,26	0,23	0,27	0,28	0,30	0,32	0,37	0,42	0,52	0,62
2	0,30	0,23	0,43	0,33	0,43	0,47	0,51	0,47	0,53	0,55	0,59	0,63	0,73	0,83	1,03	1,23
3	0,45	0,35	0,65	0,50	0,65	0,71	0,77	0,70	0,80	0,83	0,89	0,95	1,10	1,25	1,55	1,85
4	0,60	0,47	0,87	0,67	0,87	0,95	1,03	0,93	1,07	1,11	1,19	1,27	1,47	1,67	2,07	2,47
5	0,75	0,58	1,08	0,83	1,08	1,18	1,28	1,17	1,33	1,38	1,48	1,58	1,83	2,08	2,58	3,08
6	0,90	0,70	1,30	1,00	1,30	1,42	1,54	1,40	1,60	1,66	1,78	1,90	2,20	2,50	3,10	3,70
7	1,05	0,82	1,52	1,17	1,52	1,66	1,80	1,63	1,87	1,94	2,08	2,22	2,57	2,92	3,62	4,32
8	1,20	0,93	1,73	1,33	1,73	1,89	2,05	1,87	2,13	2,21	2,37	2,53	2,93	3,33	4,13	4,93
9	1,35	1,05	1,95	1,50	1,95	2,13	2,31	2,10	2,40	2,49	2,67	2,85	3,30	3,75	4,65	5,55
10	1,50	1,17	2,17	1,67	2,17	2,37	2,57	2,33	2,67	2,77	2,97	3,17	3,67	4,17	5,17	6,17
20	3,00	2,33	4,33	3,33	4,33	4,73	5,13	4,67	5,33	5,53	5,93	6,33	7,33	8,33	10,33	12,33
30	4,50	3,50	6,50	5,00	6,50	7,10	7,70	7,00	8,00	8,30	8,90	9,50	11,00	12,50	15,50	18,50
40	6,00	4,67	8,67	6,67	8,67	9,47	10,27	9,33	10,67	11,07	11,87	12,67	14,67	16,67	20,67	24,67
50	7,50	5,83	10,83	8,33	10,83	11,83	12,83	11,67	13,33	13,83	14,83	15,83	18,33	20,83	25,83	30,83
60	9,00	7,00	13,00	10,00	13,00	14,20	15,40	14,00	16,00	16,60	17,80	19,00	22,00	25,00	31,00	37,00
Multiplikator und Divisor	x 6,6667	x 8,5714	x 4,6154	x 6,0000	x 4,6154	x 4,2254	x 3,8961	x 4,2857	x 3,7500	x 3,6145	x 3,3708	x 3,1579	x 2,7273	x 2,4000	x 1,9355	x 1,6216

Minuten von Differenzzeiten sind immer in Sekunden umzurechnen. z.B.: 2:27,1 Minuten = 147,1 Sekunden.

Beispiele:

Differenzzeit : Divisor(Strecke) = Punkte
 30,2 Sek. : 3,6145 (7 km) = 8,3552

Punkte x Divisor/Strecke = Differenzzeit
 8,3552 x 3,6145 (7 km) = 30,2 Sek.

ACHTUNG: Für die Berechnung ist der Divisor immer mit 4 Dezimalstellen zu rechnen um Punktedifferenzen zu vermeiden.



Tabellen zur Berechnung von Punkten und Differenzzeiten für LANGLAUF, SPRUNGLAUF und Nord. KOMBINATION

Die Punktedifferenz zwischen den einzelnen Wettkämpfern und dem Sieger des Kombinationsspringens wird in eine Zeitdifferenz für den nachfolgenden LL umgerechnet. Die Berechnung hängt von der jeweiligen Streckenlänge im LL ab und wird entsprechend der folgenden Tabellen durchgeführt:

LL-Strecke km	Punkte pro		Differenzzeit Umrechnungsfaktoren	
	Minute	Sekunde	Multiplikator	Divisor
1	37	0,6167	0,6167	1,6216
2	31	0,5167	0,5167	1,9355
3	25	0,4167	0,4167	2,4000
4	22	0,3667	0,3667	2,7273
5	19	0,3167	0,3167	3,1579
6	17,8	0,2967	0,2967	3,3708
7	16,6	0,2767	0,2767	3,6145
7,5	16	0,2667	0,2667	3,7500
8	15,4	0,2567	0,2567	3,8961
9	14,2	0,2367	0,2367	4,2254
10	13	0,2167	0,2167	4,6154
15	10	0,1667	0,1667	6,0000
20	7	0,1167	0,1167	8,5714
4 x 5	9	0,1500	0,1500	6,6667
3 x 5	13	0,2167	0,2167	4,6154
Team 15	14	0,2333	0,2333	4,2857

Die Berechnung einer Kombination eines ALPIN- und LL-Bewerbes (Beispiel siehe nächste Seite) sollte die Streckenlänge im LL aufgrund eines RSL (in Sekunden) lt. untenstehender Tabelle entsprechen.

LL(Km)	RSL (sec)
1	10,0 - 20,0
2	15,0 - 25,0
3	20,0 - 30,0
4	25,0 - 35,0
5	30,0 - 40,0
6	35,0 - 45,0
7	40,0 - 50,0
7,5	42,5 - 52,5
8	45,0 - 55,0
9	50,0 - 60,0
10	55,0 - 65,0
15	80,0 - 90,0

Der Meterwert wird nach dem K-Punkt der Schanze berechnet. Ein Sprung auf die Weite des K-Punktes ergibt 60 Punkte als Weitenote. Jeder Meter weiter ergibt eine bessere Weitenote als 60 Punkte, jeder Meter kürzer eine schlechtere.

Zusatz: Für alle Bewerbe mit 1 Sprung und anschl. LL, gilt ab Jugend:

10 Km Strecke:	1 Min. = 15 Punkte	dh. 1 Min = 4,0	Sek/Pkt
5 Km Strecke:	1 Min. = 15 Punkte	dh. 1 Min = 4,0	Sek/Pkt
2 x 7,5 Strecke:	1 Min. = 30 Punkte	dh. 1 Min = 2,0	Sek/Pkt
4 x 5 Km Strecke:	1 Min. = 45 Punkte	dh. 1 Min = 1,3333	Sek/Pkt

Spezialsprunglauf				
K-Punkte Weite:			Meterwert	
bis	19	m	3,8	
20	-	24	m	3,6
25	-	29	m	3,4
30	-	34	m	3,2
35	-	39	m	3,0
40	-	49	m	2,8
50	-	59	m	2,6
60	-	69	m	2,4
70	-	79	m	2,2
80	-	99	m	2,0
ab	100	m	1,8	
ab	-	170	m	1,2

Kombinationssprunglauf				
K-Punkte Weite:			Meterwert	
bis	19	m	3,8	
20	-	24	m	3,6
25	-	29	m	3,4
30	-	34	m	3,2
35	-	39	m	3,0
40	-	49	m	2,8
50	-	59	m	2,6
60	-	74	m	2,4
75	-	99	m	2,0
ab	100	m	1,8	

Minuten von Differenzzeiten sind immer in Sekunden umzurechnen:

z.B.: 2:27,1 Minuten = 147,1 Sekunden

Beispiele für die Berechnung von Punkten oder Differenzzeiten:

Differenzzeit : Divisor/Strecke = Punkte Punkte x Divisor/Strecke = Differenzzeit
 30,2 Sek. : 3,6145 / 7 km = 8,36 8,36 x 3,6145 / 7 km = 30,2 Sek.

Ausrüstungsbestimmungen: Nordisch



	Sturzhelm	Anmerkung
SPRUNGLAUF	Alle *)	
LANGLAUF/BIATHLON	Alle *)	Nur für Inlineskating Rollerblades und Skiroller

***) Slalom- oder Fahrradhelme gelten nicht als Sturzhelme im Sinne dieser Bestimmungen. (Ausnahme Langlaufbewerbe/Biathlonbewerbe.)**

Zusätzlich für Sprunglauf:

Kinder, Schüler und Jugendliche

Für WettkämpferInnen sind bei Sprungbewerben Sprungskier zu verwenden.

Die WettkämpferInnen und Vorspringer sind verpflichtet, folgende Wettkampfausrüstung zu verwenden:

1.) Die Verwendung von FIS konformen Sturzhelmen, die der neuesten FIS Norm entsprechen und ohne Veränderung und Anpassungen eingesetzt werden ist bei allen Sprungwettkämpfen verpflichtend. Zudem darf kein zusätzliches Element/Ausrüstungsteil auf der der Helmoberfläche fixiert werden!

Ausnahme: Für die Schüler- und Kinderklassen wird die Verwendung von FIS konformen Sturzhelmen empfohlen.

2.) Für alle Körpergrößen gilt die BMI-Tabelle des FIS-Reglement

Die max. Skilänge = siehe Masstabelle für Körpergrößen und Skilängen für Kinder- und Schülerklassen.

Die maximale Vorderskilänge beträgt 57% der betreffenden Skilänge (siehe Masstabellen im ÖWO - Zusatz)

Die Bindungsmontage hat daher so zu erfolgen, dass diese Werte eingehalten werden.

3.) Das mindest Skigewicht beträgt: Länge in cm ist gleich dag

(z.B. Länge = 200 cm, muss Mindestgewicht mindestens 200 dag haben)

4.) Die max. Stoffdicke des Sprunganzuges darf 6mm nicht über- und 4mm nicht unterschreiten.

5.) Die Verwendung von Handschuhen ist bei allen Sprungwettkämpfen verpflichtend. Handschuhe bieten Schutz vor Witterungseinflüssen und äußeren Kräften.

Folgende Empfehlung ergeht bereits für die Saison 2014 - 2015:

Rückenschutz - Definition

Der am Rücken zu tragende Rückenschutz ist ein Zusatzgerät, das den Rücken der Athleten gegen äußere Gewalteinflüsse schützt.

Beschaffung des Rückenschutzes

Das Material besteht aus besonders flexiblen, viscoelastischem Weichschaum mit hervorragenden Schlagdämpfungswerten nach CE EN1621-2:2014 mit vorgegebener Form (siehe Foto),

Der Rückenschutz muss bei aufrechter Haltung dem anatomischen Krümmungsverlauf der Wirbelsäule entsprechen und am Körper flächig aufliegen.

Die maximale Größe und Dicke muss den Schutzklassen (Level 1 oder 2) entsprechen.

Die Dicke hat sich zu den Rändern des Rückenschutzes hin zu verringern.

Jede Verformung zur Erzielung von besseren aerodynamischen Eigenschaften ist verboten. Diese

Der Rückenschutz muss sich herausnehmbar in einer adäquaten Tragetasche befinden.

Diese ist integrierter Bestandteil eines Unteranzuges.

Größe der Protektoren

		120 - 140 cm
S	für Körpergröße	135 - 155 cm
M		150 - 170 cm
ML		165 - 185 cm
L		180 - 205 cm
XL		



Biathlon: Siehe dazu die Ausrüstungsvorschriften in der ÖWO.