

# **Tävlingstekniska regler Stand Up Paddling**

---

Kapitel 1: Tekniska regler .....	3
1§. Definition.....	3
2§. Bräda.....	3
3§. Säkerhetsutrustning .....	3
Leash/Legrope (fångrem) .....	3
4§. Paddel .....	3
5§. Paddlingsteknik .....	3
6§. Extra utrustning .....	3
Kapitel 2: Klasser, banor och distanser .....	4
1§. Klasser .....	4
2§. Banor .....	4
Kortdistans.....	4
Långdistans .....	4
3§. Vändningar .....	4
Kapitel 3: Anmälan till och händelser före tävling.....	5
1§. Anmälan.....	5
2§. Klubbtilhörighet .....	5
3§. Tävlingslicens .....	5
4§. Tävlingsmöte .....	5
5§. Nummerlapp .....	5
Kapitel 4: Genomförande av tävling .....	6
1§. Deltagande .....	6
2§. Tidtagning.....	6
Kortdistans.....	6
Långdistans .....	6
3§. Start och målgång .....	6
”Beach” / ”Open ocean” .....	6
”Flat water”.....	6

4§. På banan.....	6
Hindra medtävlare .....	6
Våghängning (drafting) .....	6
Diskvalificering .....	7
5§. Protester .....	7
Bilaga 1: Beräkning av rankingpoäng .....	7
Poängberäkning .....	7
Oavgjort efter final .....	8

## **Kapitel 1: Tekniska regler**

### **1§. Definition**

Stand Up Paddle är lopp stående på en SUP-bräda vars syfte är att på kortast möjliga tid paddla en bestämd bana.

### **2§. Bräda**

Deltagare skall använda en SUP-bräda vars maximala längd överensstämmer med reglerna för tävlingsdisciplinen.

Maximal längd är 12'6" och 14' (angett i fot och tum). Längden ska mätas mellan för- och akter på det ställe, där de är längst ifrån varandra.

Varje bräda ska vara utrustad med ett fast fensystem som inte kan användas som roder.

### **3§. Säkerhetsutrustning**

#### **Leash/Legrope (fångrem)**

Tävlingsarrangören avgör, efter bedömning av rådande förhållanden, om det är obligatoriskt att bära leash under tävling. Beslutet ska meddelas på tävlingsmötet.

### **4§. Paddel**

Deltagare ska ha en enbladig SUP-paddel.

### **5§. Paddlingsteknik**

Deltagare ska paddla i stående position. Sittande paddling är inte tillåtet. Undantag kan göras vid extremt svåra tävlingsförhållanden, vilket beslutas av tävlingsarrangören och meddelas på tävlingsmötet.

### **6§. Extra utrustning**

Extra utrustning som kan användas till att gynna enskilda deltagare är inte tillåtet. Detta inkluderar, men är inte begränsat till, båtmotorer, kläder eller annat som kan användas som segel eller roder.

## Kapitel 2: Klasser, banor och distanser

### 1§. Klasser

För SM och DM finns klassen H/D22 (seniorklass herr och dam) med 12-fot 6-tumsbräda på kort- och långdistans samt med 14-fotsbräda på långdistans. Den som under kalenderåret minst fyller 15 år får ställa upp i H/D22.

På tävlingar i långdistans kan deltagaren välja att ställa upp i en motionsklass. I motionsklassen får alla sorter och längder av SUP-brädor användas och deltagaren tillåts sitta ned och paddla kortare perioder vid svåra tävlingsförhållanden. Den som tävlar i motionsklassen erhåller inga rankingpoäng.

Internationella paddlare är välkomna att ställa upp i mästerskapstävlingarna, men endast svenska medborgare kan placera sig på SM.

### 2§. Banor

Alla hinder på banan som kan innebära fara för tävlande eller dess utrustning ska markeras tydligt.

#### Kortdistans

500m - 1.5km. "Knock-out-sprints" format. Start och målgång sker på vattnet för "flat water"-tävlingar och på land för "beach"-tävlingar.

#### Långdistans

9-15km för "flat water"- och "open ocean"-tävlingar ("downwinder"-tävlingar kan vara längre). Kan arrangeras som "flat water"-, "open ocean"- eller "downwinder"-tävlingar. Start och målgång är på vattnet för "flat water" och på land för "open ocean" där även en del av distansen ska vara på öppet hav. För "downwinder"-tävlingar ska deltagarna ta sig från punkt A till B i medvind.

### 3§. Vändningar

Utplacerade bojar eller andra markörer skall rundas på utsidan. Beslut om banan går i medsols eller motsols beslutas av arrangören. Vid "beach"-tävlingar ska banan om möjligt vara arrangerad i slalomform för att inkludera vändningar åt båda hållen.

Det är inte tillåtet att som deltagare medvetet flytta på bojar under tävling.

Alla kortdistansbanor ska innehålla minst 3 vändningar.

## **Kapitel 3: Anmälan till och händelser före tävling**

### **1§. Anmälan**

För information om anmälan till tävlingar, besök respektive tävlingsarrangörs hemsida. Sen anmälan till tävling ska vara inlämnad 2 timmar innan tävlingsstart.

### **2§. Klubbtilhörighet**

För att delta i SM-tävlingar ska paddlaren tillhöra en officiell SUP-klubb eller kanotklubb. Registrering till en klubb kan ordnas på plats.

### **3§. Tävlingslicens**

Alla deltagare skall ha en tävlingslicens giltig för gällande år. Tävlingslicens kan inlösas via sin SUP-klubb, kanotklubb eller på plats. För mer information, besök kanotförbundets hemsida.

### **4§. Tävlingsmöte**

Obligatorisk närvaro för samtliga deltagare, eller deltagares representant gäller. Tävlingsmötets tid och plats ska utlysas tydligt gentemot alla deltagare och bland annat förklara tävlingsbana, distans, regler och säkerhet.

### **5§. Nummerlapp**

Samtliga deltagare ska bära sin individuella nummerlapp fullt synlig under hela loppet.

## Kapitel 4: Genomförande av tävling

### 1§. Deltagande

Tävlande deltar på egen risk. Varken Förbundet eller arrangören kan göras ansvarig för skador som inträffar under en SUP-tävling.

### 2§. Tidtagning

#### Kortdistans

Alla deltagare ska klockas under alla finaler för kortdistans (A-, B- och C-final). Tidtagning för övriga heat rekommenderas.

#### Långdistans

Alla deltagare ska klockas under långdistanslopp.

### 3§. Start och målgång

5 minuter innan start ska alla tävlande bege sig till startplatsen.

Domaren/tävlingsarrangören eller speakern ropar upp de tävlandes namn, vilka svarar genom att sträcka upp sin paddel. Domaren/tävlingsarrangören eller speakern ropar sedan ut när det är 2 minuter kvar till start och när det är 30 sekunder kvar till start. Domaren/tävlingsarrangören eller speakern skickar iväg startfältet genom att först ropa "Riders ready" och därefter ge startsignal någon gång inom 10 sekunder.

#### "Beach" / "Open ocean"

Start och målgång sker på land. Deltagare som springer ska hålla sin paddel, detta inkluderar målgång. Paddeln får inte användas till att hindra andra deltagare från att passera. Deltagare behöver inte bära sin bräda.

#### "Flat water"

Start och målgång sker på vatten. Målgång räknas när brädans nos bryter mållinjen. Deltagare skall stå på brädan när de passerar mållinjen.

Vid start motströms eller motvinds kan sittande start tillämpas. Om så är fallet startar alla deltagare sittande gränsle över brädan med benen i vattnet.

### 4§. På banan

#### Hindra medtävlare

Det är inte tillåtet att knuffas, att uppsåtligt hindra en annan paddlare eller att på annat vis agera osportsligt. Om en deltagare orsakar att en annan paddlare ramlar i vattnet ska denne invänta paddlaren innan tävlingen återupptas.

#### Våghängning (drafting)

Arrangören bestämmer om våghängning är tillåtet och vilka specifika regler som gäller. Om inget meddelas under tävlingsmötet är våghängning tillåtet vid tävlingstillfället.

Det är aldrig tillåtet med våghängning av båt, av tävlande i annan klass eller av tävlande med annan brädlängd.

## Diskvalificering

Ansvarig domare utsedd av arrangör avgör om deltagare brutit mot reglerna och, om så är fallet, ifall deltagaren ska diskvalificeras. Gult kort kan utdelas som varning och två gula kort leder till omedelbar diskvalificering.

## 5§. Protester

Om en deltagare vill lämna in en protest ska det ske inom 15 minuter efter avslutat heat eller lopp. Protesten ska vara skriftlig och kostar 500 kronor. Om protesten godkänns återbetalas det fulla beloppet, i annat fall inte.

# Bilaga 1: Beräkning av rankingpoäng

## Poängberäkning

Rankingpoäng utdelas endast för de subventionerade deltävlingarnas officiella klasser. Varje deltagares poäng från de olika deltävlingarna läggs ihop till en totalpoäng. X antal tävlingar utav det totala antalet tävlingar räknas. Varje år bestäms hur många tävlingar som ska summeras för att bilda den totala rankingpoängen, vilket beror på hur många deltävlingar som kommer att vara. Sista tävlingen (finalen) ska inkluderas i de tävlingar som räknas (även om en deltagare inte ställer upp i finalen).

För varje tävling finns två stycken discipliner: kortdistans och långdistans. Deltagarna får poäng i båda (förutsatt att de deltar och genomför både kortdistans och långdistans).

För varje tävling bestäms en poängpott utifrån dess stjärnstatus. Grundpoängen för en tävling är 1000. Det finns tre olika "stjärnstatusar" på tävlingarna: x1, x2 eller x3. Dessa utgör en kvot som används i beräkningen av poängpotten för en tävling. En deltävling med en stjärna får således 1000 poäng, en med två stjärnor 2000 poäng och en med 3 stjärnor 3000 poäng. SUP-kommittén beslutar om vilken stjärnstatus en tävling får ha. Finalen har en högsta kvot x3 vilket är unikt för alla tävlingar.

Poängen delas ut till tävlande utifrån nedan tabell, där poängpotten för respektive tävling multipliceras med placeringen för respektive deltagare.

Placering	Procentsats
1	100%
2	90%
3	80%
4	70%
5	60%
6	50%
7	40%
8	30%
9	20%
10	10%
11	9%
12	8%
13	7%

14	6%
15	5%
16	4%
17	3%
18+	2%

Vid poängberäkning för långdistans får de som deltar med 12'6"-lång bräda poäng enligt tabellen med alla tävlande på 14'-lång bräda exkluderade. De som deltar med 14'-lång bräda får poäng enligt tabellen med samtliga tävlande inkluderade.

Vid summering av deltävlingarna rankas deltagarna utifrån sina bästa resultat dels i kortdistans och dels i långdistans. En totalranking summerar sedan de totala poängen från både kortdistans och långdistans.

### **Oavgjort efter final**

Om två deltagare på medaljplats har samma poäng efter finalen bestäms den inbördes vinnaren utifrån följande:

1. Inbördes möten i finalen vid kortdistans och långdistans. Varje vinst vid inbördes möte ger 1 extrapoäng i respektive disciplin.
2. Om deltagarna vunnit var sitt inbördes möte är totalpoängen fortfarande lika. Då delas 1 extrapoäng i totalberäkningen ut till den med snabbast total tid i finalen. Tiderna bestäms genom att addera tiden för långdistansloppet med tiden för den kortdistansfinal som den tävlande deltog i.
3. Om tiderna är exakt lika måste ett extra kortdistansheat genomföras med endast de två berörda deltagarna. Den som vinner heatet får 1 extrapoäng i totalberäkningen.