

## Retningslinjer for trekk iht. Rennreglementets artikkel 431 – Sesongen 2022/2023

### Judging - Deduction list 2022

### Stildømming – Trekkliste 2022

#### Flight

#### Svev

max. 5.0	Flight Deduction	maks 5.0	Trekk i svevet
0.5 – 2.0	Limited control of using body and skis in forming a (DYNAMIC) flight position. Too aggressive or passive body position. Lack of an overall aesthetic impression.	0,5 – 2,0	Mangelfull/ukontrollert utforming av kropp og ski til en dynamisk svevstilling. En for aggressiv eller passiv kroppsstilling. Mangler i et helhetlig estetisk inntrykk.
0.5 – 1.0	Unsteadiness (e.g. unnecessary arm movement, body out of control, bended knees, not fully stretched legs)	0,5 – 1,0	Usikkerhet/ustabilitet (f.eks. unødig bruk av armer, urolig kroppsføring, krokete knær, beina ikke helt utstruktet).
0.5 – 1.0	Non-symmetrical and/or un-balanced arm position.	0,5 – 1,0	Usymmetriske og/eller urolig armføring.
0.5 – 1.0	Non-symmetrical and or/un-balanced leg position.	0,5 – 1,0	Usymmetriske og/eller urolig beinstilling.
0.5 – 1.0	Skis not in same plane and/or un-balanced ski movements.	0,5 – 1,0	Skiene ikke i samme plan og/eller urolige ski.



## Landing



## Landing

max. 5.0	Landing Deduction	maks 5,0	Trekk i landingen
min. 2.0	No attempt in establishing a telemark position at the point of landing impact, i.e absorbing the landing pressure with parallel feet. (as a single fault)	min. 2,0	Ikke forsøk på påbegynt telemarkstilling ved første bakkekontakt, dvs. landingstrykket absorberes med parallelle bein (som enkeltfeil).
0.5 – 1.0	Deficiencies in the correct and harmonious movements in the transition from the flight phase through to the landing phase.	0,5 – 1,0	Feil i et korrekt og harmonisk bevegelsesforløp fra åpning av svevstillingen (starter landingen), gjennom landingen, til påbegynt utkjøring.
0.5 – 1.5	Lack of establishing at least a minimum telemark position and a bended leg position upon landing impact.	0,5 – 1,5	Mangelfullt påbegynt skrittstilling og bøyning av knær ved første bakkekontakt.
0.5 – 1.5	Deficiencies in encountering the landing pressure with a smooth telemark landing or the enhancement (follow through) a minor telemark position after landing impact into a complete telemark position by the end of the landing procedure (unsteadiness, too stiff or without telemark landing too deep). The weight out of balance and/or not equally distributed on both feet.	0,5 – 1,5	Dårlig trykkabsorbering i landingen ift. til å gjøre en myk telemarkbevegelse, eller en for trang telemarkstilling etter at trykket er fanget opp, til en komplett telemarkstilling ved slutten av landingsfasen (ustødig, for stiv eller, dersom jamsides; for dyp). Vekten ute av balanse og/eller ikke likt fordelt på begge ben.
0.5 – 1.0	Unbalance or unsteady arm movements to stabilise overall skiing balance	0,5 – 1,0	Urolig eller usikker armføring for å etablere en stabil likevekt.
0.5 – 1.0	Deficiencies in controlling the skis (skis not parallel with distance between the skis greater than two ski widths) and/or both skis not set in flat contact with the skiing surface (on edge), e.g.one ski set only on the edge of the ski.	0,5 – 1,0	Manglende kontroll på skiene (skiene ikke parallelle med en avstand større enn to skibredder) og/eller skiene ikke helt i flat kontakt med underlaget (kantiing), f.eks. holder kun kanten på en ski i kontakt med bakken.



## Outrun

## Utkjøring

max. 7.0	Outrun Deduction	maks 7,0	Trekk i utkjøringen
0.5 – 1.5	Small deficiencies during the outrun phase (minor periods of unsteadiness, both skis not set in flat contact to the skiing surface and/or not parallel, deviation from skiing straight in the direction of the “fall line” (straight down the hill), not in an upright body position before starting the brake phase)	0,5 – 1,5	Mindre feil i utkjøringen (kort tids usikkerhet eller ustøydighet, skiene ikke i flat kontakt med underlaget/kanting og/eller ikke parallelle, avvik fra å holde en rett linje gjennom utkjøring (skifter retning ift. «fallgrensen»), ikke i en oppreist stilling før bremsefasen begynner).
2.0 – 2.5	Larger deficiencies during the outrun phase (greater visual impression of skiing balance, unsteadiness, skis not set in flat contact to the skiing surface or not parallel), including large deviation from skiing in the direction of the “fall line” (straight down the hill).	2,0 – 2,5	Større feil i utkjøringen (større visuelt inntrykk av ubalans, ustøydighet, skiene ikke i flat kontakt med underlaget eller ikke parallelle), inkludert et stort avvik fra å holde en rett linje gjennom utkjøring (skifter retning ift. «fallgrensen»).
3.0	Large deficiencies during the outrun phase (unsteadiness, risk of a fall either before or at the fall line; including touching surface/skis with one hand during landing or outrun).	3,0	Store feil i utkjøring (ustøydighet, risiko for fall enten før eller på fallgrensen; inkludert berøring av underlaget/ski med én hånd i landingen eller utkjøringen).
4.0– 5.0	Loosing balance and control (i.e passing through the transition curve with both hands during landing or outrun, back or posterior of the body touching the ski/snow/mats. (This will also be applied for passing the fall line in this position).	4,0 – 5,0	Tap av balanse og kontroll (dvs. begge hender, rygg eller baken i berøring med ski/snø/matter i landingen eller ved passering av utkjøringen. (Dette gjelder også om fallgrensen passerer i denne stillingen.))
7.0	Fall before or on the fall line	7,0	Fall før eller på fallgrena.