



# Tävlingstekniska regler Stand Up Paddling

## 1 kapitlet Tekniska regler

- 1 § Definition
- 2 § Brädkonstruktion
- 3 § Säkerhetsutrustning
- 4 § Paddel
- 5 § Paddlingsteknik
- 6 § Extra utrustning
- 7 § Tekniska regler ska uppfyllas

## 2 kapitlet Klasser, banor och distanser

- 1 § Klasser
- 2 § Distanser och banor
- 3 § Vändningar

## 3 kapitlet Anmälan till och händelser före tävling

- 1 § Anmälan
- 2 § Klubbtilhörighet
- 3 § Tävlingslicens
- 4 § Tävlingsmöte
- 5 § Nummerlapp
- 6 § Lottning

## 4 kapitlet Genomförande av tävling

- 1 § Deltagande
- 2 § Tidtagning
- 3 § Start
- 4 § Målgång
- 5 § På banan
- 6 § Protester

## 1 kapitlet TEKNISKA REGLER SUP

### 1 §. Definition

Tävling i Stand Up Paddling genomförs stående på en SUP- bräda med syfte att på kortast möjliga tid paddla en bestämd bana.

### 2 §. Brädkonstruktion

Deltagare ska 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.

Katamarankonstruktion är inte tillåten i tävlingsklass. Definitionen av katamaranskrov är en konkav bottenkonstruktion med mer än fem centimeters skillnad mellan botten djupaste punkt och botten toppar.

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

### 3 §. Säkerhetsutrustning

Användning av leash är obligatoriskt, förutom vid tävlingsdistanserna sprint och teknisk-sprint/distans om arrangören bedömer att det är hindrande. Arrangören kan besluta om ytterligare obligatorisk säkerhetsutrustning om det bedöms att förhållanden kräver det, så som flytväst, visselpipa, gps, nödfackla, telefon eller ljuskälla.

### 4 §. Paddel

Deltagare ska ha en enbladig SUP-paddel.

### 5 §. Paddlingsteknik

Deltagare ska paddla i stående position. Sittande paddling är inte tillåtet, mer än i korta perioder, förutsatt att det inte ger fördel. 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.

### 7 §. Tekniska regler ska uppfyllas

Fullföljer tävlande lopp med utrustning eller teknik som inte överensstämmer med de tekniska reglerna ska han/hon diskvalificeras från loppet. Om en SUP- bräda valts ut innan eller efter ett lopp till stickprovskontroll ska den utan dröjsmål tas till kontroll.

Det är alltid den tävlandes ansvar att SUP-bräda och utrustning följer gällande regler.

## 2 kapitlet KLASSER, BANOR OCH DISTANSER

### 1 §. Klasser

För Mästerskapstävlingar se de allmänna tävlingsreglerna 3 kapitlet 1§ som reglerar åldersklasserna och 4 kapitlet 1§ som reglerar alla mästerskapsklasser.

I motionsklassen får alla sorter och längder av SUP- brädor användas. Deltagaren tillåts sitta ned och paddla kortare perioder vid svåra tävlingsförhållanden.

### 2 §. Distanser och banor

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

#### *Sprint*

Tävling på rak bana över cirka 100–200 meter. Antalet startande i enskilda tävlingsheat kan variera, men bör anpassas så att tävlande har adekvat utrymme mellan varandra. Start och målgång i vatten ska användas.

#### *Teknisk sprint*

Tävling med en total distans på mellan 400–600 meter. Banan ska innehålla minst två vändningar åt vänster och två åt höger. Banans utseende bestäms av arrangören och kan innehålla lyftmoment. Start och målgång i vatten eller på strand kan användas.

#### *Teknisk distans*

Tävling med en total distans på mellan 800 - 3500 meter. Banan ska innehålla minst två vändningar åt vänster och två åt höger. Banans utseende bestäms av arrangören och kan innehålla lyftmoment. Start och målgång i vatten eller på strand kan användas.

#### *Långdistans*

Tävling med en total distans på 8–12 kilometer. Banans utseende bestäms av arrangören. Start och målgång i vatten eller på strand kan användas.

### 3 §. Vändningar

Utplacerade bojar eller andra markörer ska rundas på utsidan. Beslut om banan går i medsols eller motsols fattas av arrangören.

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



## 3 kapitlet ANMÄLAN TILL OCH HÄNDELSER FÖRE TÄVLING

### 1 §. Anmälan

För information om anmälan till tävlingar, besök respektive tävlingsarrangörs hemsida.

Sen anmälan till tävlingen ska vara inlämnad senast 2 timmar innan tävlingsstart.

### 2 §. Klubbtilhörighet

För att delta i SM-tävlingar ska paddlaren tillhöra en kanotklubb ansluten till Svenska Kanotförbundet.

### 3 §. Tävlingslicens

Alla deltagare ska ha en tävlingslicens giltig för gällande år. Tävlingslicens kan lösas via sin klubb. För mer information, besök Svenska Kanotförbundets hemsida – [kanot.com](https://kanot.com).

### 4 §. Tävlingsmöte

Obligatorisk närvaro för samtliga deltagare eller deltagares representant gäller. Tävlingsmötets tid och plats ska utlysas tydligt till alla deltagare och bland annat förklara tävlingsbana, distans, regler och säkerhet. Tävlingsmötet ska äga rum minst 45 minuter innan första start, men vid dramatiska väderförändringar kan arrangörer komma med ändringar senare.

### 5 §. Nummerlapp

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

### 6 §. Lottning

Arrangören har fria händer att anpassa lottningssystem för heat, semifinaler och finaler utifrån sin banas förutsättningar. Deltagare kan ta sig vidare på placering eller tid, men minst en tävlande från varje heat ska alltid gå vidare genom tid eller kombination av tid och placering. För lottning av startplacering eller heatplacering ska arrangören seeda eller lotta deltagarna.

## 4 kapitlet GENOMFÖRANDE AV TÄVLING

### 1 §. Deltagande

Deltagare ska vara medvetna och följa de regler som gäller.

### 2 §. Tidtagning

Samtliga lopp och deltagares tider ska registreras och publiceras i en resultatlista.

### 3 §. Start

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

Startern (Domaren/tävlingsarrangören eller speakern) ropar upp de tävlandes namn, vilka svarar genom att sträcka upp sin paddel. Startern ropar sedan ut när det är 2 minuter kvar till start och när det är 30 sekunder kvar till start. Startern meddelar att startproceduren startat och att starten går med kommandot "Ready go", pistolskott eller startsignal. Tävlande som passerar startlinjen under startproceduren, innan startsignalen, har gjort en tjuvstart. En tävlandes första tjuvstart ger varning och en andra tjuvstart direkt diskvalificering.

#### *Vattenstart*

Starten sker stående, knästående eller sittandes på brädan i vattnet. Val av startposition är upp till deltagaren.

#### *Strandstart*

Starten sker stående på land hållande i bräda och paddel, stående på land med bräda och paddel liggandes eller stående på botten i strandbrynet. Val av strandstartstyp är upp till arrangören.

### 4 §. Målgång

En tävlandes lopp är avslutat när mållinjen bryts av brädnosen. Deltagare ska stå på brädan med båda fötterna när brädnosen passerar mållinjen. Vid målgång på strand sker målgång när mållinjen bryts med den tävlandes bål, hållande i sin paddel.

### 5§. På banan

#### *Hindra medtävlare*

Det är inte tillåtet att knuffas, att uppsåtligt hindra en annan paddlare eller att på annat vis agera osportsligt.

#### *Kollision*

Vid paddling i grupp är det alla tävlandes ansvar att hålla adekvat avstånd för att undvika kollision. Kollision definieras som när en tävlande eller dess utrustning stöter emot annan aktiv eller dess utrustning så att denne får en nackdel eller skadad utrustning.

Den som bedöms ansvarig för en eller flera kollisioner tillges 10 sekunder tidstillägg vid mindre nackdel för medtävlande eller diskvalifikation vid större nackdel för medtävlande.

### *Följa banan*

Tävlande ska följa den naturliga linjen för banan. Om tävlande avviker från banan och får en liten fördel ska tidstillägg på 10 sekunder ges. Om fördelen är stor ska den tävlande diskvalificeras. Vid tävlingar i teknisk sprint, teknisk distans eller långdistans, där tävlande kan fånga naturliga vågor är det tillåtet att paddla avvikande så länge inte genväg tas.

Om tävlande avviker från den naturliga linjen av banan för att hindra motståndare ska tidstillägg på 10 sekunder ges.

### *Våghängning*

Våghängning är tillåtet i teknisk sprint, teknisk distans och långdistans, men inte i sprint. Vid regelbrott tillämpas 10 sekunder tidstillägg och vid upprepade tillfällen diskvalifikation. Våghängning får då det är tillåtet endast ske mellan deltagare i samma klass eller mellan olika klasser då de har samma starttid. Våghängning är aldrig tillåtet på farkost som inte deltar i tävlingen, exempelvis följbåtar eller andra båtar.

### *Tidstillägg och diskvalificering*

Ansvariga domare utsedda av arrangör avgör om deltagare brutit mot reglerna och, om så är fallet, om deltagaren ska få tidstillägg eller diskvalificeras.

## **6 §. Protester**

Om en deltagare vill lämna in en protest ska det ske inom 30 minuter efter att den siste tävlande är i mål i aktuellt lopp. Protesten ska vara skriftlig och kostar 500 kr (*avgiften kan ändras genom årsmötesbeslut*). Om protesten godkänns återbetalas det fulla beloppet, i annat fall tillfaller avgiften arrangören.