NK junioren teamonderdelen en mass start

Mixed relay – junioren C, B en A

Team sprint: junioren C, B en A

Team pursuit: junioren A

Mass start: junioren B

30 november 2024 – IJsbaan de Meent - Alkmaar

Huisregels

Bij het NK teamonderdelen draait het niet alleen om winnen, maar ook hoe we met elkaar omgaan.

- **Respecteer de jury** – *hun doel is de wedstrijd eerlijk en veilig te maken.*
- **Geef het goede voorbeeld** – *coaches en schaatsers, toon sportiviteit in elke situatie*
- **Moedig elkaar aan** – *win of verlies, steun je medesporters*
- **Houd het positief** – *feedback geven mag, maar altijd sportief*

!!! Als de veiligheid van de schaatser(s) in gevaar is tijdens een race van een teamonderdeel of de massastart, zullen de scheidsrechters, met hulp van de starters, de wedstrijd stoppen met een fluitsignaal !!!

NB. Waar in deze presentatie over “schaatser” of “hij” (of andere mannelijke vormen) wordt gesproken, moet ook de vrouwelijke of non-binaire aanspreekvorm worden gelezen (in het toepasselijke geval).

Eigen veiligheid - kleding

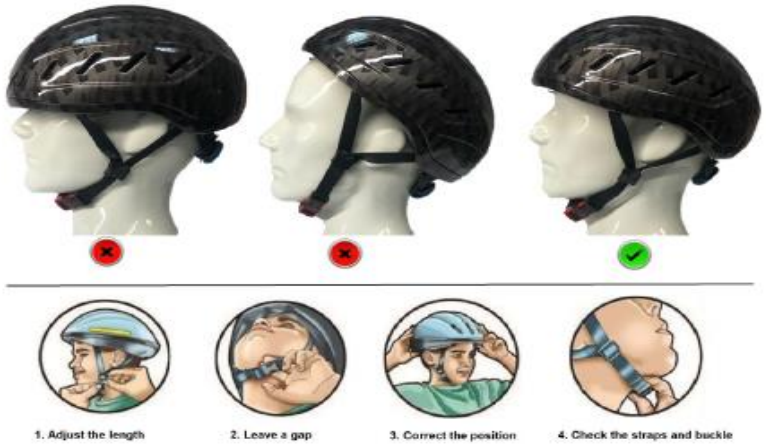
Alle schaatsers aan het NK Junioren Teamonderdelen en Massastart moeten *verplicht bescherming* dragen die minimaal voldoet aan de volgende eisen:

- Een valhelm die voldoet aan de geldende ASTM-standaard voor shorttrack, volgens de ISU Special Regulations en Technical Rules regels 291b (Equipment of Skaters). De helm moet een normale vorm hebben zonder uitsteeksels.
- **Snijvaste handbescherming**
- **Snijvaste scheenbescherming**, geïntegreerd in de kleding of losse scheenbeschermers die gedragen worden aan de binnenkant van het pak.
- **Snijvaste enkelbescherming**
- **Gesloten kleding,** met lange mouwen en broekspijpen.

Het dragen van de volgende bescherming wordt *aanbevolen:*

- **Oogbescherming**
- **Snijvaste nekbescherming,** eventueel geïntegreerd in het pak.
- **Snijvaste kleding**

Bron: artikel 107 Veiligheid, Uitrusting en Baanbeveiliging: lid 2



!! Schaatsers moeten de wedstrijdkleding en veiligheidsuitrusting dragen, vanaf het moment dat zij het ijs opgaan tot de laatste schaatser de wedstrijd heeft gefinisht, of totdat de schaatser het ijs verlaat.

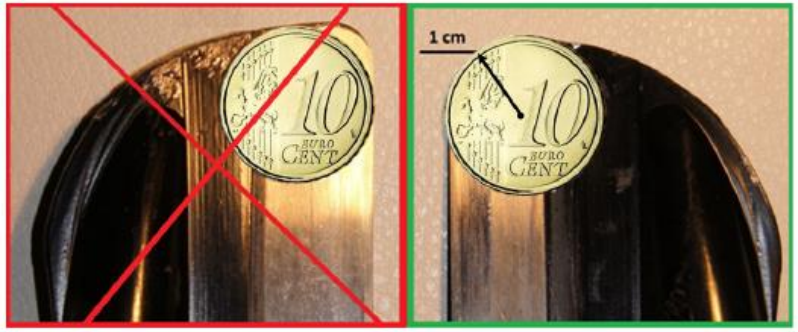
Eigen veiligheid - schaatsen

De **buizen van de schaatsen** moeten gesloten zijn en de uiteinden van de bladen moeten afgerond zijn met een straal van minstens 1 cm (dezelfde ronding als een 10 cent munt).

!! Er zijn doorlopend controlemomenten waarin een jurylid of de scheidsrechters alle schaatsen van de schaatsers controleren.

!! Als de schaatsen, helm of beschermende kleding niet voldoen aan de genoemde eisen of verkeerd worden gedragen, zal de scheidsrechter besluiten om de deelnemer uit de wedstrijd te zetten of te diskwalificeren.

Bron: artikel 107 Veiligheid, Uitrusting en Baanbeveiliging: lid 3



Armbandjes, transponders en helmcaps

Armbandjes

Alle schaatsers zijn zelf verantwoordelijk voor het meenemen en dragen van de juiste **armbanden (aan beide armen)**. Bij de start of in de heatbox zijn er geen reserve armbandjes beschikbaar.

Transponders

Bij alle onderdelen wordt er ook gereden met **transponders**. Als schaatser krijg je de transponder na de controle van de schaatsen. Na de race moet je de transponder zo snel mogelijk weer inleveren.

Mass start

Bij de Mass Start moeten alle schaatsers een **helmcap** dragen. Als schaatser krijg je de cap na de controle van de schaatsen. Na de race moet je zowel de helmcap als de transponder meteen weer inleveren.

Mixed relay

- Organisatie van teamwedstrijden:
  - artikel 256
    - lid 3.4 wedstrijdmodel
    - Lid 4 diskwalificatie en nieuwe starts bij teamwedstrijden
- Uitslagen van de wedstrijd
  - artikel 265
    - lid 8 resultaat van de relay races
- Indeling van de baan
  - artikel 227
    - lid 3 gebied voor coaches
- Technische wedstrijduitrusting van deelnemers
  - Artikel 279
    - lid 4 armbanden of andere middelen voor identificatie

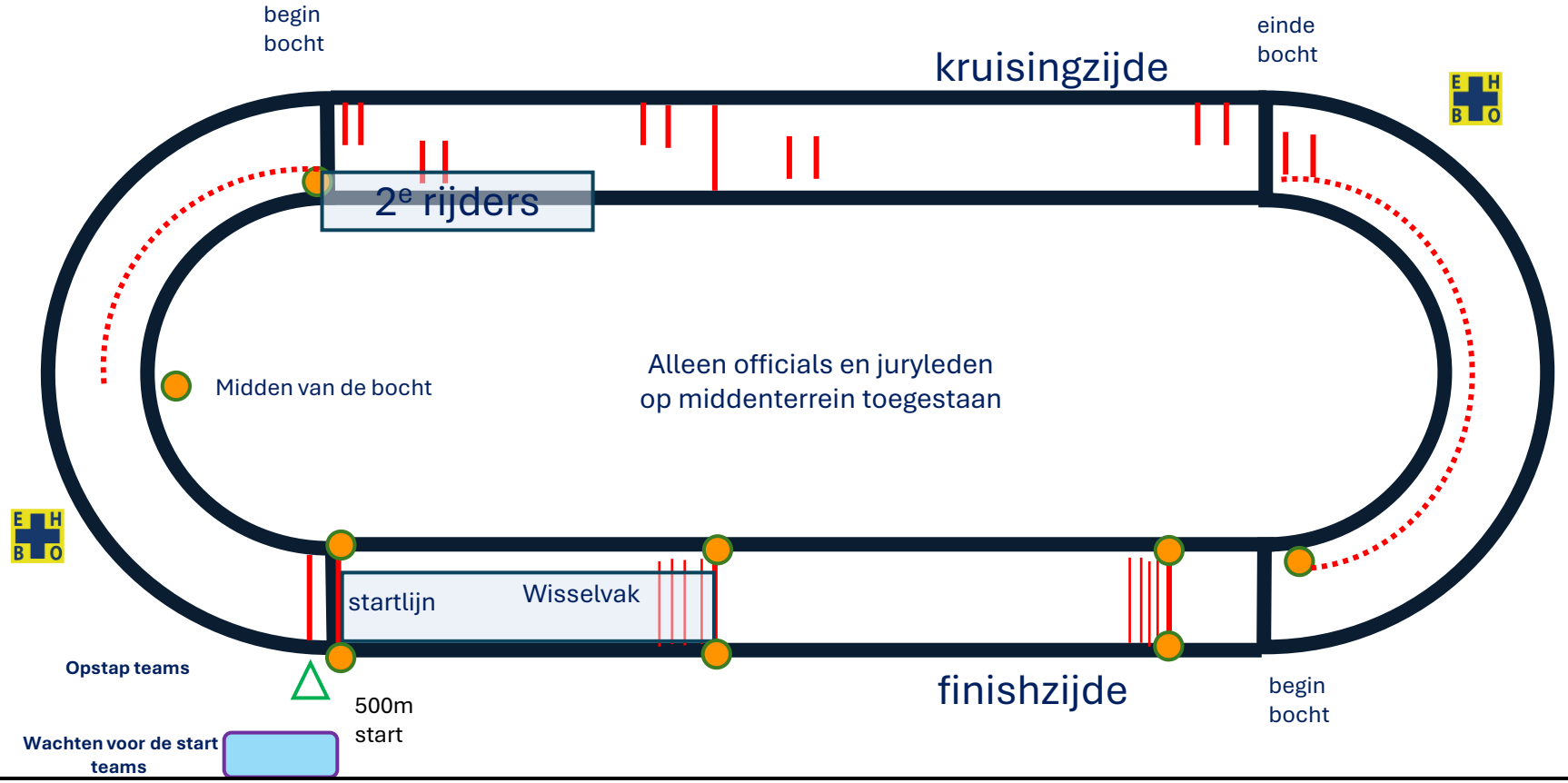
Bron: ISU - Special Regulations en Technical Rules Speedskating

MIXED RELAY

Samenvatting MIXED RELAY REGELS

Start volgorde
Van binnen naar buiten:

- wit
- rood
- geel
- blauw



Wedstrijdregels:

- Maximaal 4 teams strijden in dezelfde heat.
- Alle 4 teams starten op de 500 meter startlijn en finishen bij de hoofdlijn aan het einde van het rechte stuk.
- 6 ronden te rijden. Volgorde vrouwen 400 meter, mannen 800 meter, vrouwen 800 meter, mannen 400 meter.
- Het wisselvak (relay zone) heeft een lengte van 50 meter, beginnend bij de start 500 meter startlijnen eindigend bij de 1000 meter finishlijn.
- De start van de accelaratiezone, waar de schaatsers de wedstrijdbaan kunnen betreden, bevindt zich op het middelpunt van de bocht voor het rechte stuk en wordt gemarkeerd door oranje pylon(nen).
- Als een schaatser van een mixed relay team is gediskwalificeerd voor overtredingen van de wedstrijdregels, dan geldt deze diskwalificatie voor het team.

Aandachtspunten:

- ✓ Het aflossen vindt plaats wanneer de schaatser die een onderdeel voltooit de schaatser die op het punt staat het volgende onderdeel te beginnen, heeft aangeraakt/geduwd/losgelaten.
- ✓ De schaatser mag de schaatser die moet worden afgelost aanraken voor de wisselzone, maar de daadwerkelijke aflossing moet plaatsvinden in de wisselzone.
- ✓ Een team dat aflost buiten de wisselzone wordt gediskwalificeerd.
- ✓ Aflossingen moeten gedaan worden zonder andere teams te hinderen.
- ✓ Tijdens het wisselen is het niet toegestaan om van baan te wisselen.
- ✓ Er mogen geen coaches in het coachgebied aanwezig zijn.

Mixed relay – Goed om te weten

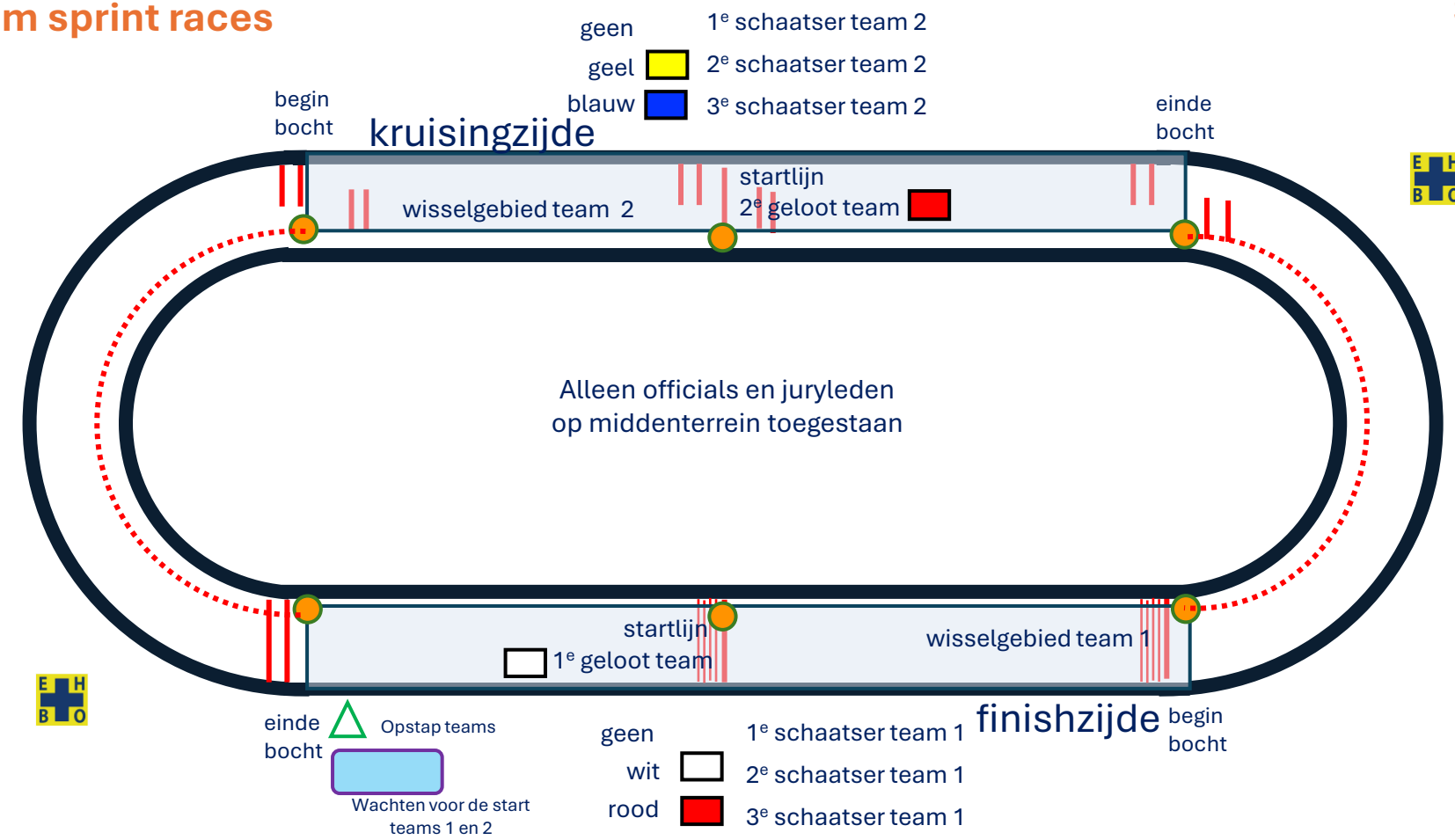
- Een team bestaat uit 2 rijders: vrouw en een man.
- Alle schaatsers zijn herkenbaar aan armbanden en schaatsers dragen om beide armen een armband.
- Tijd van de finish van de mannelijke schaatser telt.
- Maximaal 4 teams in de baan. 1e geloot team start binnen (wit), 2e geloot team daarnaast (rood), 3e geloot team (geel), 4e geloot team (blauw) buiten.
- Er wordt gereden op de binnenbaan (niet de inrijbaan). Alleen blokjes tussen inrij- en binnenbaan.
- Lijnoverschrijding tussen binnenbaan en inrijbaan is niet toegestaan.
- Geen coaching vanaf het ijs.
- Alleen teams die mixed relay race rijden op het ijs. Geen andere teams op de inrijbaan!
- Teams stappen op het ijs vanuit de heatbox nabij de 500 meter startlijn. De mannen rijden meteen (tegen de richting in) naar de overzijde van de baan, de vrouwen stellen zich meteen op bij de 500 meter startlijn.
- Bij een diskwalificatie bij de start verlaten de vrouwelijke en mannelijke rijder meteen het ijs bij de opening heatbox, nabij 500 meter start. Nadat beide schaatsers van het ijs zijn, wordt de race opnieuw gestart.
- Nadat de vorige race is afgelopen verlaten alle teams het ijs zo spoedig mogelijk via de opening bij de heatbox, nabij 500 meter start. Nadat de gefinishte schaatsers het ijs hebben verlaten, komen de volgende schaatsers het ijs op.

Team sprint

- Organisatie van de teamwedstrijden:
  - artikel 256
    - lid 2 team sprint wedstrijden
    - lid 4 diskwalificatie en nieuwe starts bij teamwedstrijden
- Indeling van de baan
  - artikel 227
    - lid 3 gebied voor coaches
- Uitslagen van de wedstrijd
  - artikel 265
    - lid 7 resultaat van team sprint wedstrijden
- Technische wedstrijduitrusting van deelnemers
  - Artikel 279
    - lid 4 armbanden of andere middelen voor identificatie

- *Bron: ISU - Special Regulations en Technical Rules Speedskating*

Team sprint races



Samenvatting Teamsprint basis regels

Startlijst

Wit start aan finishzijde
Armbanden schaatsers:
1e schaatser – geen
2e schaatser – wit
3e schaatser – rood

Rood start aan de kruizingszijde
Armbanden schaatsers:
1e schaatser – geen
2e schaatser – geel
3e schaatser - blauw

Wedstrijdregels:

- De te schaatsen afstand is gelijk aan het aantal rijders in elk team.
- De markering van de binnenste wedstrijdbaan bepaalt de wedstrijdbaan. Pylonnen mogen worden gebruikt als extra markering.
- Het opstellen voor de start is bij 1000 meter finish of start.
- De teams zullen gelijktijdig starten, elk aan een zijde van de baan, op het midden van de rechte einden.
- De races worden willekeurig ingedeeld, door middel van loting.
- Geen coaches in het coachgebied.

Aandachtspunten:

- ✓ Elke schaatser, met uitzondering 1e rijder, draagt aan beide armen armbanden.
- ✓ De eerste ronde wordt gereden door schaatser nr. 1, die het team leidt, tot de wissel met de volgende schaatser, met de andere schaatsers van het team die er achter blijven. Aan het eind van elke ronde, in het wisselgebied, moet de schaatser die het team leidt, aar het buitenste gedeelte van de baan gaan en de volgende ingedeelde schaatser moet het team de volgende ronde leiden. De als laatste ingedeelde schaatser moet de laatste ronde alleen rijden en finisht de rit voor het team.
- ✓ Het wisselen naar de volgende aangewezen schaatser van het team moet plaats vinden tussen het begin van het rechte eind van de finish voor het team en voor het ingaan van de bocht.
- ✓ De leidende schaatser moet duidelijk laten zien, door naar de buitenste baan te gaan en rechtop te staan, dat de wissel heeft plaatsgevonden en dat men zich uit de race heeft verwijderd (zelfs als de teamgenoot(en) zich niet voor de verwijderde schaatser heeft begeven vóór het einde van de wisselgebied).

Team sprint – Goed om te weten

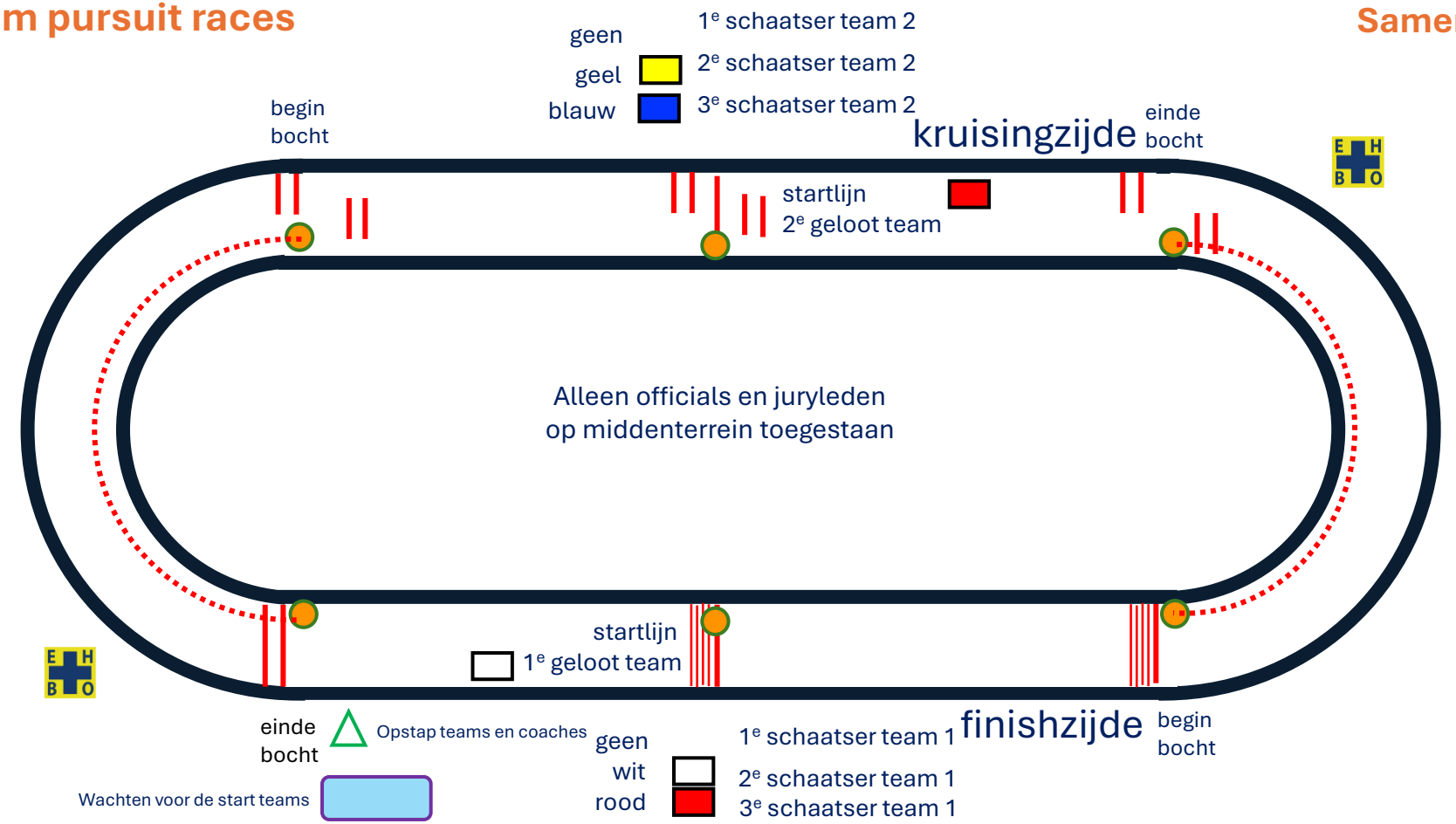
- Een team bestaat uit 3 schaatsers. Iedere schaatser rijdt 1 ronde op kop waarna de kop over moet worden gegeven in het wisselgebied.
- Alle schaatsers, behalve de 1e schaatser, zijn herkenbaar aan armbanden en schaatsers dragen om beide armen een armband.
- Tijd van de finish van de 3e schaatser telt.
- Voorste schaatser dient in het wisselgebied de kop over te geven, door naar de buitenzijde te gaan en rechtop te gaan staan (uit de schaatshouding). Alleen in het wisselgebied mag kop worden overgegeven, ergens anders betekent diskwalificatie.
- Er wordt gereden op de binnenbaan (niet op de inrijbaan). Alleen blokjes tussen inrij- en binnenbaan.
- Lijnoverschrijding tussen binnenbaan en wedstrijdbaan is niet toegestaan.
- Alleen beide teams die teamsprint race rijden op het ijs. Geen andere teams op de inrijbaan!
- Teams stappen op het ijs en verlaten het ijs bij de heatbox nabij de 500 meter startlijn. De even gelote teams rijden direct naar overzijde baan naar start.
- Nadat de vorige race is afgelopen verlaten alle teams het ijs zo spoedig mogelijk via de opening bij de heatbox. Nadat de gefinishte rijders het ijs hebben verlaten, komen de volgende rijders het ijs op.
- Bij een diskwalificatie bij de start verlaat het team het ijs meteen via de opening bij de heatbox. Nadat het team het ijs heeft verlaten, wordt de wedstrijd opnieuw gestart.

Team pursuit

- Organisatie van de teamwedstrijden:
  - artikel 256
    - lid 1 team pursuit wedstrijden
    - lid 4 diskwalificatie en nieuwe starts bij teamwedstrijden
- Indeling van de baan
  - artikel 227
    - lid 3 gebied voor coaches
- Uitslagen van de wedstrijd
  - artikel 265
    - lid 5 resultaten van team pursuit wedstrijden
- Technische wedstrijduitrusting van deelnemers
  - artikel 279
    - lid 4 armbanden of andere middelen voor identificatie

- *Bron: ISU - Special Regulations en Technical Rules Speedskating*

Team pursuit races



Samenvatting Team Pursuit basis regels

Startlijst

Wit start aan finishzijde
Armbanden rijders:
1e rijder – geen
2e rijder – wit
3e rijder – rood

Rood start aan de kruizingszijde
Armbanden rijders:
1e rijder – geen
2e rijder – geel
3e rijder - blauw

Wedstrijdregels:

- Team pursuit mag worden gereden met drie schaatsers per team. In beide gevallen moet de eindtijd van het team worden bepaald als de finishtijd van de derde schaatser van het team. Als minder dan drie schaatsers van het team de rit uitrijden, wordt het team aangemerkt als alsof het de wedstrijd niet heeft volbracht en moet worden gediskwalificeerd.
- Beide teams zullen gelijktijdig starten, elk aan een zijde van de baan, op het midden van de rechte einden.
- De races worden willekeurig ingedeeld, door middel van loting.

Aandachtspunten:

- ✓ Als één of meerdere schaatsers van een team worden ingehaald door schaatsers van het andere team, dan is artikel 255 lid 2 (afstand tussen deelnemers na inhalen) van toepassing.
- ✓ Elke schaatser, met uitzondering 1e schaatser, van het team moet armbanden dragen.
- ✓ Tijdens de team pursuit is het gebied voor de coaches voor elk team op het tegenovergestelde rechte stuk van de start van het betreffende team.
- ✓ Als een schaatser van een team pursuit is gediskwalificeerd voor overtredingen van de wedstrijdregels, dan geldt deze diskwalificatie voor het team.

Team pursuit – Goed om te weten

- Vrouwen rijden 6 ronden, mannen rijden 8 ronden.
- Teams bestaan uit 3 schaatsers.
- Schaatsers, met uitzondering 1e schaatser, zijn herkenbaar aan de armbanden.
- Tijd van de finish van de 3e schaatser telt
- Als een schaatser van het team wordt ingehaald, mag deze niet weer bij het team aansluiten: pacemaking = diskwalificatie.
- Alle schaatsers krijgen een transponder.
- Er wordt gereden op de binnenbaan (niet op de inrijbaan). Alleen blokjes tussen inrij- en binnenbaan.
- Lijnoverschreiding tussen binnenbaan en inrijbaan is niet toegestaan.
- Alleen beide teams die de race rijden op het ijs. Geen andere teams op de inrijbaan!
- Teams stappen op het ijs en verlaten het ijs bij de heatbox nabij de 500 meter startlijn. De even gelote teams rijden direct naar overzijde baan naar start.
- Nadat de vorige race is afgelopen verlaten alle teams het ijs zo spoedig mogelijk via de opening bij de heatbox. Nadat de gefinishte rijders het ijs hebben verlaten, komen de volgende rijders het ijs op.
- Bij een diskwalificatie bij de start verlaat het team het ijs meteen via de opening bij de heatbox. Nadat het team het ijs heeft verlaten, wordt de wedstrijd opnieuw gestart.

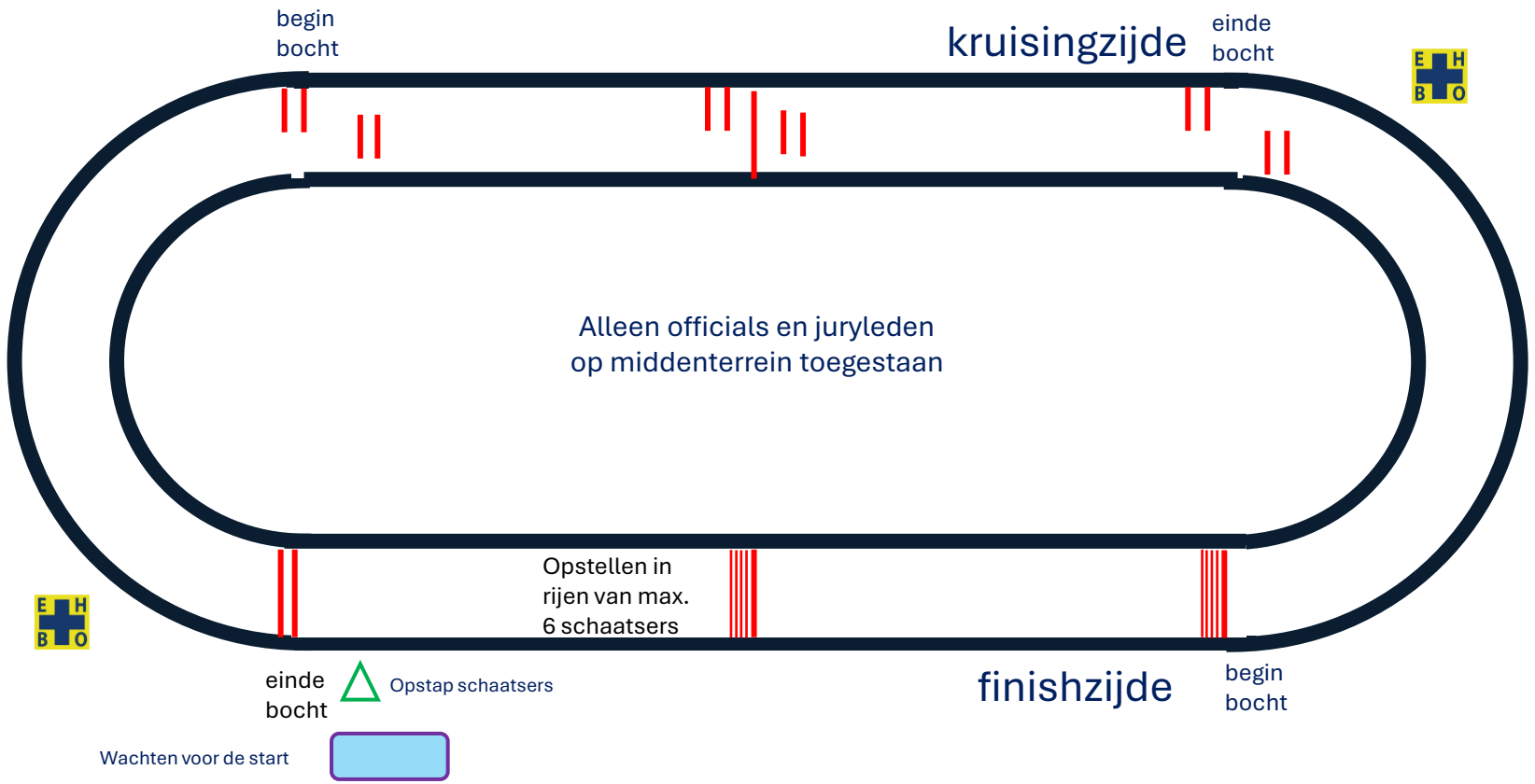
Mass start

- Organisatie van mass start wedstrijden:
  - artikel 257
- Indeling van de baan
  - artikel 227
    - lid 3 gebied voor coaches
- Uitslagen van de wedstrijd
  - artikel 265
    - lid 6 resultaten van mass start wedstrijden
- Technische wedstrijduitrusting van deelnemers
  - Artikel 279
    - lid 4 armbanden of andere middelen voor identificatie

Bron: ISU - Special Regulations en Technical Rules Speedskating

Mass start

Samenvatting Mass start basis regels



Wedstrijdregels:

- De inrijbaan zal worden gebruikt als wedstrijdbaan. De afstand van de mass start wedstrijd wordt aangegeven als het aantal ronden, waarbij het aftellen begint wanneer de schaatsers voor het eerst de finishlijn passeren.
- De start vindt plaats op het midden van het rechte eind van de finish (op de finishlijn van de 1000 meter).
- De startpositie wordt bepaald door loting of door een plaatsing van schaatsers.
- Tijdens de eerste ronde is het niet toegestaan te versnellen totdat een onderscheidend geluidsignaal is gegeven. Inbreuk op deze regel zal leiden tot diskwalificatie.

Aandachtspunten:

- ✓ Tijdens mass start wedstrijden is het coachen niet toegestaan in het coachgebied.
- ✓ Schaatsers stellen zich op voor de start in rijen met maximaal zes schaatsers in elke rij en met ten minste één meter tussen de rijen.
- ✓ Wanneer alle schaatsers opgesteld staan achter de startlijn, dan geeft de starter het commando ‘ready’ en schiet met het startpistool. Schaatsers die voorwaarts bewegen en uit hun startrij gaan voordat het startschot valt, zullen worden gediskwalificeerd.
- ✓ Schaatsers die worden ingehaald (met een volledige ronde) door de leidende schaatser moeten naar het coachvak op de kruisingszijde of de finishzijde en de race onmiddellijk verlaten. Schaatsers die de wedstrijd hebben verlaten mogen niet door de finishlijn schaatsen. Deelnemers die de race binnen een volledige ronde niet verlaten, worden gediskwalificeerd.
- ✓ Elk onsportief gedrag jegens andere schaatsers kan leiden tot diskwalificatie.

Mass start – Goed om te weten

- Duur van de mass start is 10 ronden
- Punten voor de sprints zullen als volgt worden gegeven:
  - tussensprinters: de eerste drie rijders verdienen: 3 – 2 - 1
  - eindsprint: de eerste zes rijders verdienen 30 – 20 – 10 – 4 – 2 – 1 punt.
- De sprints zijn na 4, 7 en 10 ronden.
- De finish van de race zal op de finishlijn zijn aan het eind van het rechte eind van de finish. Deze lijn wordt ook gebruikt als finishlijn voor tussensprints.
- Als tijdens de eerste ronde een val plaats vindt, waarbij een groot deel van het peloton is betrokken dan zal de wedstrijd worden gestopt door een fluitsignaal of een schot van de starter en zal de wedstrijd onmiddellijk opnieuw worden gestart.
- Elk onsportief gedrag jegens andere deelnemers kan leiden tot diskwalificatie. Bijvoorbeeld ernstige belemmering van een deelnemer door het niet houden van een rechte lijn, het opzettelijk blokkeren van andere deelnemers, of wanneer dit onsportief gedrag resulteert in een nadeel van een deelnemer, het belemmeren, blokkeren, aanvallen of duwen van een andere rijder met welk lichaamsdeel dan ook mag worden beschouwd als een ernstige belemmering en leidt tot diskwalificatie.
- Tijdens de eerste ronde is het niet toegestaan te versnellen totdat een onderscheidend geluidsignaal is gegeven. Inbreuk op deze regel zal leiden tot diskwalificatie.