



# Règlement

## **Coupe Suisse et Championnat Suisse de ski-alpinisme**

Édité par la commission technique de ski-alpinisme  
du Club Alpin Suisse CAS



# Table des matières

1. Participation.....	3
2. Assurance.....	3
3. Considérations générales .....	4
4. Matériel.....	5
5. Classement général.....	7
6. Environnement .....	9
7. Récompenses.....	9
Annexe – parcours .....	10
Annexe - tableau classement catégories mixtes.....	11



## 1. Participation

- 1.1 Les épreuves se disputent par équipe de 2 coureurs ou individuellement. Elles sont ouvertes à des formations féminines, masculines et mixtes. L'âge minimal des concurrents est fixé à 15 ans.
- 1.2 Les épreuves de la catégorie « Funpop » se déroulent selon les modalités définies par l'organisateur (course individuelle, à deux ou à trois).
- 1.3 Tous les compétiteurs participant à une compétition de la coupe suisse ou du championnat suisse se voient automatiquement attribuer une licence par le secrétariat central du Club Alpin Suisse CAS.
- 1.4 Les compétiteurs participant à l'une ou l'autre des compétitions du calendrier officiel doivent se conformer au présent règlement et à l'éventuel règlement particulier de chacune des courses. Ils sont responsables de leurs inscriptions.
- 1.5 Les trois premiers de chaque catégorie doivent être présents lors de la remise des prix de la course. En cas d'impossibilité majeure et incontournable, ils doivent aviser l'organisateur et le Jury de course. Cette règle est également valable pour le podium provisoire organisé rapidement après la course<sup>1)</sup>. Le non-respect des règles ci-dessus entraînera des pénalités voire la disqualification.  
(<sup>1)</sup> En règle générale, dans l'aire d'arrivée après les 10 premiers hommes et les 5 premières dames).
- 1.6 Tout compétiteur respectant les âges fixés par les catégories peut participer aux épreuves de la Coupe et/ou d'un Championnat Suisse.
- 1.7 Sur le circuit de la Coupe Suisse, les titres et podiums et primes finals sont accessibles aux citoyennes/citoyens Suisses, à ceux de la principauté du Liechtenstein, ainsi qu'aux compétiteurs domiciliés en Suisse et détenteur d'un permis B ou C. Les compétiteurs de nationalité étrangère ne répondant pas aux critères précités sont classés aux épreuves, toutefois, ils n'accèdent pas aux titres et podiums lors du classement final en fin de saison.
- 1.8 L'accès aux titres et podiums lors des épreuves de Championnats Suisses, ne sont accessibles qu'aux compétiteurs de nationalité suisse. Les concurrents étrangers, ainsi que les permis de séjour B ou C sont classés à l'épreuve, mais n'obtiennent pas les titres, distinctions et primes mis en jeu dans le cadre du championnat.

## 2. Assurance

- 2.1 Chaque coureur doit être assuré personnellement contre les accidents et autres dommages. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de non-respect de cette clause. Il est recommandé de conclure une assurance assistance par hélicoptère.



### 3. Considérations générales

- 3.1 Points propres à la coupe et au championnat suisses :
  - 3.1.1 Emporter le matériel obligatoire durant toute la course.
  - 3.1.2 Emporter une pièce d'identité (règle antidopage).
  - 3.1.3 Chaque concurrent porte son dossard (numéro+sponsor), d'une manière bien visible sur la cuisse droite. L'organisateur peut exiger le port d'un deuxième dossard (par exemple sur le sac). Les dossards ne doivent pas être roulés ou découpés. L'organisateur peut les récupérer à la fin de la compétition.
  - 3.1.4 L'appareil détecteur de victimes d'avalanches doit être porté selon les recommandations du fabricant au plus près du corps, sous ou dans les vêtements (endroit sécurisé). Il doit être enclenché (mode émission) tout au long de la course. Le compétiteur est responsable du bon fonctionnement de son appareil.
  - 3.1.5 La corde d'entraide est autorisée, après l'aire de départ. Son utilisation est interdite à la descente et dans les zones à pieds (y compris les portages).
  - 3.1.6 Une équipe ne peut quitter un point de contrôle que lorsqu'elle est au complet et enregistrée par le contrôleur.
  - 3.1.7 Une équipe ou un coureur rejoint doit libérer la trace si la demande est faite.
  - 3.1.8 Une équipe ou un coureur en difficulté peut abandonner de son propre chef ou être mise hors course sur décision de l'organisateur ou du délégué technique du Club Alpin Suisse CAS. En cas d'abandon, l'équipe s'annoncera à un poste de contrôle et suivra les instructions qui lui seront données.
  - 3.1.9 Le port du sac à dos par le concurrent est obligatoire (portage de deux sacs interdit).
  - 3.1.10 Toute autre forme d'assistance est interdite (y compris « lièvre »).
  - 3.1.11 L'échange d'un ski ou des bâtons cassés est autorisé en tout temps.
  - 3.1.12 Tout concurrent est tenu de suivre au plus près le balisage sous peine de disqualification.
  - 3.1.13 Tout concurrent est tenu de venir au secours d'une personne en danger ou accident.
  - 3.1.14 Les aires de changes sont strictement réservées aux compétiteurs et aux contrôleurs.
  - 3.1.15 L'organisation se réserve la possibilité de modifier en tout temps le programme ou le parcours de la course.
  - 3.1.16 Le passage de la ligne d'arrivée doit se faire ensemble sous peine de pénalité.
  - 3.1.17 Le non-respect du règlement entraînera la disqualification et ou des pénalités.
  - 3.1.18 Toute réclamation devra être déposée par écrit sur une feuille officiel (à demander au président du jury) au plus tard 30 min. après l'arrivée du ou des concurrents auprès du jury de course. Une somme de CHF 50.- sera perçue. Elle sera restituée si le recours est admis.



- 3.1.19 Un recours sur la décision du jury de course est à faire parvenir dans les 5 jours ouvrables suivant le jour de la course au secrétariat du Club Alpin. Il sera envoyé par recommander à l'adresse CAS – Ski Mountaineering – Commission recours, Monbijoustrasse 61, 3000 Berne 23.
- 3.1.20 Le ski-alpinisme et dès lors l'ensemble des compétitions du calendrier est soumis aux dispositions concernant le dopage du CAS et de Antidoping.ch. Chaque participant à une épreuve du calendrier en accepte les règles et tout contrôle officiel. La liste officielle des substances interdites est celle de [www.antidoping.ch](http://www.antidoping.ch).
- 3.2 Points propres à chaque course : A respecter selon les instructions des organisateurs.

## 4. Matériel

- 4.1 Le délégué technique ou le jury se réservent le droit de refuser tout équipement jugé défectueux ou inadéquat.
- 4.2 Le matériel de base (carbone admis) de la coupe et du championnat suisses est le suivant
- 4.2.1 Equipement obligatoire par coureur :
- 4.2.1.1 Une paire de skis d'au moins 60 mm de largeur au patin avec des carres métalliques sur au moins 90% de leur longueur. La taille des skis est au minimum de :
- a. Funpop homme, Senior, Senior I et II, Espoir : 160 cm
  - b. Funpop dame, Dame, Junior fille, Junior garçon, Cadette, Cadet : 150 cm
- Poids minimum pour ski+fixation :
- c. Hommes (Senior-Junior) : 750 g, soit 1500 grammes la paire
  - d. Dames +Cadets garçons : 700 g, soit 1400 grammes la paire
- 4.2.1.2 Les skis sont équipés de fixations permettant le mouvement des talons à la montée et blocables à la descente. La fixation doit posséder un système de déclenchement latéral et frontal. Avec ou sans lanières de sécurité.
- 4.2.1.3 Une paire de bâtons de type alpin ou de fond ayant un diamètre maximum de 25 mm, avec des rondelles non-métalliques.
- 4.2.1.4 Une paire de chaussures montantes (au-dessus de la malléole). Les semelles doivent couvrir au moins 75% de la surface de la chaussure, la profondeur minimale des crans est de 4 mm. Ils doivent être au minimum au nombre de 8 au talon et de 15 à l'avant et avoir une surface minimale de 1 cm<sup>2</sup>. La chaussure doit avoir au moins 2 boucles avec un système indépendant de fermeture. Les chaussures doivent permettre l'utilisation de crampons métalliques. L'utilisation du ruban adhésif ou équivalent pour fermer la chaussure est interdite. Les chaussures ne doivent pas avoir subi de modifications par rapport au modèle de référence du fabricant.
- Poids minimum pour les chaussures (coque et chausson sec)
- a. Hommes (Juniors) : 500 g, soit 1000 grammes la paire
  - b. Dames +Cadets garçons : 450 g, soit 900 grammes la paire
- 4.2.1.5 Une paire de peaux antidérapantes. L'utilisation de ruban adhésif ou équivalent favorisant la glisse est interdite (voire également équipement par équipe). Les peaux doivent pouvoir s'enlever et se remettre librement.



- 4.2.1.6 Une paire de gants couvrant toute la main jusqu'au poignet et portée durant toute la course.
- 4.2.1.7 Un appareil détecteur de victimes d'avalanches DVA ou ARVA conforme aux standards EN 300718 (fréquence 457 KHz).
- 4.3 Autre matériel obligatoire (carbone admis) de la coupe et du championnat suisses :
- 4.3.1. Un sac à dos d'un volume suffisant afin de contenir à son intérieur tout le matériel exigé pour la course. Le sac à dos sera également équipé sur l'arrière de deux points d'attache des skis (pour le portage).
- 4.3.2. Une pelle à neige sortie d'usine sans modification (surface minimale 20 x 20 cm et équipée d'un manche adapté à l'usage). L'appellation « pelle à neige » est définie par le fabricant. Les pelles dites souple sont interdites.
- 4.3.3. Une sonde à neige minimum 240 cm et d'un diamètre minimal de 10 mm. L'appellation « sonde avalanche » est définie par le fabricant.
- 4.3.4. Vêtements haut de corps : trois couches à la taille du compétiteur
- 1 couche de corps à manche longue ou court selon les conditions météo
  - 1 combinaison de ski à manches longues
  - 1 coupe-vent respirant à manches longues.
- 4.3.5. Vêtements bas de corps : deux couches à jambes longues à la taille du compétiteur
- 1 combinaison de ski ou pantalon
  - 1 coupe-vent respirant.
- 4.3.6. Une paire de lunettes de soleil filtrantes ou une visière adaptée au casque.
- 4.3.7. Une couverture de survie d'une surface minimale de 1.80 m<sup>2</sup>. La dénomination « couverture de survie » est définie par le fabricant. La conformité du produit est sous la responsabilité du participant.
- 4.3.8. Un casque conforme aux exigences de la norme UIAA 106. Il doit être porté durant toute la course, la jugulaire est obligatoirement fermée.
- 4.3.9. Equipement obligatoire par équipe :
- 4.3.9.1 Une paire de peaux antidérapante de réserve.
- 4.4 Matériel **complémentaire** pouvant être exigé par le jury (voir instructions des organisateurs) :
- 4.4.1 Une paire de crampons métallique conforme à la norme UIAA 153 avec au moins 10 dents dont deux frontales réglée à la taille des chaussures du compétiteur. Les crampons doivent avoir des lanières de sécurité. Lorsque les crampons ne sont pas sur les chaussures ils doivent être portés dans le sac à dos dents contre dents.
- 4.4.2 Un baudrier conforme à la norme 105 sans modification après sortie d'usine.
- 4.4.3 Une longe avec système d'absorption d'énergie pour l'utilisation en Via Ferrata, conforme à la norme UIAA 128.
- 4.4.4 2 mousquetons type K « Klettersteige » conforme à la norme UIAA 121.



- 4.4.5 Une couche thermique polaire supplémentaire comme 4 ème couche avec manche longue pour le haut du corps à la taille du compétiteur, double couche avec polaire (couche thermique) Primaloft 60 ou similaire.
- 4.4.6 Un sous casque, une capuche, un bonnet ou similaire.
- 4.4.7 Une deuxième paire de gant, voir sur gant polaire respirant et coupe-vent.
- 4.4.8 Une lampe frontale en état de marche.
- 4.4.9 Un piolet conforme aux exigences de la norme UIAA 152 de 50 cm de long minimum.
- 4.4.10 Une corde dynamique conforme à la norme UIAA10 de 8 mm de diamètre et 30 m de long.
- 4.4.11 Une boussole
- 4.4.12 Un altimètre

#### 4.5 Equipement obligatoire pour les verticales et relais :

Selon point 4.2 du règlement coupe suisse : Skis, fixations, chaussures, bâtons, gants.

Matériel pouvant être exigé par l'organisateur :

- a. Capuche, bonnet ou similaire
- b. Coupe-vent pour le haut
- c. DVA/ARVA si passage en hors piste

#### 4.6 Equipement obligatoire pour les courses nocturnes :

Selon point 4.2 du règlement coupe suisse : Skis, fixations, chaussures, bâtons, gants.  
Lampe frontale obligatoire.

Matériel pouvant être exigé par l'organisateur :

- a. Capuche, bonnet ou similaire
- b. Coupe-vent pour le haut
- c. DVA/ARVA si passage en hors-piste

## 5. Classement général

- 5.1 Les courses participant à la coupe suisse sont recensées par le calendrier officiel édité par la commission. Le vainqueur de la coupe suisse est le coureur ayant obtenu le meilleur total à l'issue des compétitions.

Seront retenus dans le décompte final :

- les 6 meilleurs résultats, si 10 à 12 épreuves ont eu lieu.
- les 5 meilleurs résultats, si 8 à 9 épreuves ont eu lieu.
- les 4 meilleurs résultats, si 6 à 7 épreuves ont eu lieu.
- Les 3 meilleurs résultats, si 3 à 5 épreuves ont lieu.

Pour les catégories juniors fille ou garçon (parcours P1), il sera retenu un résultat en moins que ci-dessus, mais au minimum 3. Idem pour les catégories cadets et cadettes (parcours P0).



5.2 Résultats en cas d'arrêt de la course :

Le classement de la course se fera suivant l'ordre et le temps de passage au dernier point de contrôle. Une épreuve ayant eu un arrêt de course ne compte pas pour le classement général.

5.3 Des épreuves spéciales désigneront chaque année les champions suisses, elles sont mentionnées par le calendrier.

5.4 Les résultats des épreuves nocturnes sont pris en compte selon les modalités émises par la commission et mentionnées dans le cadre du calendrier de la saison. La remise des prix se fera lors de la journée officielle (date et endroit défini par le CAS).

5.5 Les membres du Swiss Team ont l'interdiction de courir en Funpop.

5.6 En cas d'ex-æquo, c'est le résultat d'une épreuve individuelle, désignée par la CT sur le calendrier en début de saison, qui départagera les athlètes.

5.7 Il sera établi :

1 classement scratch pour toutes les catégories confondues du parcours P2

1 classement par catégorie

catégorie		suisse		
sexe	nom	age	années	parcours <sup>1</sup>
féminin	cadette	15 - 17	1996 - 1998	b = P0
	junior	18 - 20	1993 - 1995	c = P1
	dame	21 - ..	.. - 1992	d = P2
masculin	cadet	15 - 17	1996 - 1998	b = P0
	junior	18 - 20	1993 - 1995	c = P1
	espoir	21 - 23	1990 - 1992	d = P2
	senior	24 - 39	1974 - 1989	d = P2
	senior I	40 - 49	1964 - 1973	d = P2
	senior II	50 - ..	.. - 1963	d = P2

La grille ci-dessus vaut pour l'ensemble de la saison, soit aussi pour les éventuelles courses se déroulant en décembre de l'année précédente.

Les mélanges de catégories au sein des équipes sont autorisés ; la catégorie la plus „pénalisante“ fait foi pour le classement de la course. Le coureur est quant à lui classé en coupe suisse dans sa propre catégorie, c'est son temps qui est déterminant. Un tableau de classement des catégories mixtes fait partie du présent règlement.

5.8 Chaque coureur de l'équipe classée 1<sup>ère</sup> marque 100 points/temps (P/T). Les points des suivants sont obtenus en déduisant de 100 le pourcentage de temps mis en plus des 1<sup>ers</sup>, au moyen de la formule suivante :

$$\frac{(\text{Temps de référence} - \text{temps du coureur}) \times 100}{\text{Temps référence}} + 100 = (P/T)$$

Le temps de référence est le meilleur temps de chaque catégorie.

<sup>1</sup> voir annexe – parcours



Exemple: les seniors A et B gagnent une course en 4h00'00", second le senior I C accompagné du senior D en 4h10'00", 25<sup>ème</sup> les dames E et F en 5h00'00", 30<sup>ème</sup> les juniors G et H en 5h10'00".

Le résultat de cette course sera :

<u>coureur</u>	<u>scratch</u>	<u>senior</u>	<u>senior I</u>	<u>dame</u>	<u>junior</u>
A et B	100 (P/T)	100			
C	95.83		100		
D	95.83	95.83			
E et F	75			100	
G et H	70.83				100

Formule du coureur D : 240 minutes moins 250 minutes, fois 100, à diviser par 240 minutes; ce résultat + 100 = 95.83 P/T

Tous les coureurs ayant plus que le 99 % du temps mis en plus des 1<sup>ers</sup> marquent 1 point.

Un prix spécial sera distribué si le compétiteur a participé à au moins trois courses.

- 5.9 Chaque coureur classé à la coupe suisse durant la saison précédant une Patrouille des Glaciers (PDG) participera au tirage au sort des prix « cas-PDG pass ». Le « cas-PDG pass » donne le droit aux gagnants de participer, avec l'équipe qu'ils composeront, à la PDG de l'année suivante (la finance d'inscription à la PDG reste à charge des concurrents).

## 6. Environnement

Chaque concurrent est rendu attentif à la nécessité de ménager l'environnement. En course, tout concurrent qui jette ou abandonne un déchet (gobelet, bouteille, sachet, etc.) ou un objet d'équipement hors des dispositifs mis à disposition au poste de ravitaillement, ou qui a un comportement entraînant un préjudice pour l'environnement, fera l'objet de pénalités, ou d'une disqualification.

## 7. Récompenses

(nocturnes classement général, coupe, et championnats suisses)

Des récompenses en espèces seront attribuées aux premiers du classement scratch. Une planche de prix récompensera les meilleurs de chaque catégorie. La distribution des prix s'effectuera selon les modalités fixées par la Commission de ski-alpinisme. La présence des médaillés est obligatoire. Aucun prix ne sera envoyé.

En cas de doute ou d'absence de règle c'est le règlement de l'ISMF qui compte



## Annexe – parcours

parcours			suisse				
			den moy	ecart pos.	ecart nég.	max	min
vertical		P0	500	10%	-10%	550	450
		P1	700	10%	-10%	770	630
		P2	800	10%	-10%	880	720
race	individuel	P0	1200	10%	-10%	1320	1080
		P1	1300	10%	-10%	1430	1170
		P2	1600	20%	-20%	1920	1280
	équipe	P0	1200	10%	-10%	1320	1080
		P1	1300	10%	-10%	1430	1170
		P2	1600	100%	-20%	3200	1280
relais		(a)	180	0%	-10%	180	162
		P0	180	0%	-10%	180	162
		P1	180	0%	-10%	180	162
		P2	180	0%	-10%	180	162



## Annexe - tableau classement catégories mixtes

Matrice coureurs / parcours / catégories / points coupe suisse												
	catégorie coureur 1											
	CF	CG	JF	JG	D	E	S	S1	S2	F1	F2	
CF	P0 Pt	P0 Pt										
	CF Pt	CG Pt										
CG		P0 Pt										
		CG Pt										
JF			P1 Pt	P1 Pt								
			JF Pt	JG Pt								
JG				P1 Pt								
				JG Pt								
catégorie coureur 2					P2 Pt							
					D Pt	E Pt	S Pt	S1 Pt	S2 Pt			
E						P2 Pt	P2 Pt	P2 Pt	P2 Pt			
						E Pt	S Pt	S1 Pt	S2 Pt			
S							P2 Pt	P2 Pt	P2 Pt			
							S Pt	S Pt	S Pt			
S1								P2 Pt	P2 Pt			
								S1 Pt	S1 Pt			
S2									P2 Pt			
									S2 Pt			

### Légende

1) Lecture parcours points coupes suisse coureur 1

P2	Pt
S1	Pt

catégorie équipe points coupes suisse coureur 2

	S1
S	P2 Pt
	S Pt

- a) le coureur 1 est de type senior I
- b) le coureur 2 est de type senior
- c) l'équipe court sur le parcours 2
- d) l'équipe est classée dans la catégorie seniors
- f) le coureur 1 obtient des points coupe suisse
- g) le coureur 2 obtient des points coupe suisse

2) Catégorie (coureur - équipe)

CF	Cadettes filles
CG	Cadettes garçons
JF	Juniors filles
JG	Juniors garçons
D	Dames
E	Espoirs
S	Seniors
S1	Seniors I
S2	Seniors II

3) Parcours

P0	Parcours cadets
P1	Petit parcours
P2	Grand parcours
P3	Super parcours