



На осеннем заседании FIS в Цюрихе были установлены новые правила для всех международных соревнований, проходящих под эгидой FIS. Высота палок для классики не должна превышать 83% от роста лыжника.

Новое правило было принято ради сохранения классического хода и борьбы с дабл-полингом.

Дабл-полинг – относительно новая разновидность классического стиля, которым пользуются лыжники в гонках на трассах со слабым рельефом. На «равнинных» трассах лыжники бегут всю дистанцию одновременным бесшажным ходом без мази на держание. Широкое распространение дабл-полинг получил в марафонских гонках. Но и в гонках Кубка мира (особенно в спринтах) лыжники успешно используют этот стиль передвижения, поскольку зачастую скорость передвижения дабл-полингом выше, нежели традиционным классическим стилем. Подробнее о том, что такое дабл-полинг вы можете прочитать [здесь](#).

Видео дабл-полинга (текст продолжается под видео)

{youtube}a3CpPKvhoOM{/youtube}

Ради сохранения традиционного классического хода и заботясь о здоровье лыжников (при тренировках дабл-полингом суставы и мышцы вынуждены переносить экстремальные нагрузки) уже на летнем Конгрессе FIS в Канкуне (Мексика) представители Германии предложили стандартизировать размер палок для классики на уровне 85% от роста лыжника (для дабл-полинга, обычно, используют более длинные палки). Сегодня, 30 сентября, на осеннем заседании в Цюрихе было решено, что на всех международных стартах (этапах Кубка мира, Континентальных кубках и любых других гонках (включая марафоны) под эгидой FIS) лыжники будут обязаны использовать в классических гонках палки, **длинной не более 83% от роста лыжника.**

Рост лыжника измеряется, когда лыжник стоит в лыжных ботинках. Таким образом, это на пару сантиметров выше физиологического роста человека. Длина лыжной палки

ВАЖНО. Высота палок для классического хода – не больше 83% от роста лыжника

Автор: Андрей Каща
01.10.2016 00:03

измеряется от конца заостренного наконечника до ручки (а именно – до отверстия, куда входит темляк для кисти руки).

Таким образом, длину палок для классики можно вычислить по формуле: рост лыжника (в сантиметрах) $\times 0,83$. Т.е., к примеру, при росте человека 1 м 70 см действует следующий вариант $170 \text{ см} \times 0,83 = 141,1 \text{ см}$ (длина палок для классического хода у спортсмена ростом 1 м 70 см (в ботинках) не должна превышать 141,1 см).

Некоторые другие значения:

**Рост лыжника – Длина
(в ботинках) классических палок**

150 см	–	124,5 см
155 см	–	128,65 см
160 см	–	132,8 см
165 см	–	136,95 см
170 см	–	141,1 см
175 см	–	145,25 см
180 см	–	149,4 см
185 см	–	153,55 см
190 см	–	157,7 см
195 см	–	161,85 см
200 см	–	166 см

Правда, пока неясными остаются некоторые детали новых правил:

1. Кто и как будет измерять рост лыжника?
2. Кто и как будет измерять длину палок перед гонками?
3. Что делать, если во время гонки у лыжника сломается палка? Можно ли ему будет взять чужую палку, которая может оказаться длиннее разрешенной для его роста?
4. Что делать, если и с такими палками (83% от роста) кто-то умудрится бежать дабл-поллингом?
5. Какие санкции будут применяться к нарушителям?

Также летом обсуждался вариант, при котором на классических гонках можно было бы делать зоны, свободные от дабл-поллинга (где можно было бы передвигаться только переменным ходом). Но в Цюрихе было решено ограничиться введением таких зон только на внутринорвежских соревнованиях для юниоров и ветеранов.

Стоит отметить, что в гонках свободным стилем никаких изменений в правилах подбора палок не произошло.