FCEH

Federació Catalana
Esports Hivern

REGLAMENT GENERAL

ESQUÍ DE FONS I ROLLER SKI

TEMPORADA 2026-2027

Aprovat en Assemblea General de Clubs 11.06.2026

ESPORTSHIVERN

ÍNDEX

1. OBJECTIUS 2
2. COMPOSICIÓ I FUNCIONAMENT DEL COMITÈ D'ESQUÍ DE FONS 2
3. LLICÈNCIES DE COMPETICIÓ 3
   3.1 MODALITATS DE LLICÈNCIES DE FONS / ROLLERSKI 3
   3.2 TRAMITACIÓ DE LLICÈNCIES 3
   3.3 VALIDACIÓ DE LLICÈNCIA 4
   3.4 CANVI DE CLUB 4
4. CURSES FCEH 4
   4.1 CALENDARI 4
   4.2 CANVI DE CALENDARI I CANVI D'ESTACIÓ 5
   4.4 DRETS D'INSCRIPCIÓ 6
   4.5 DELEGAT TÈCNIC 6
   4.6 GRUPS D'EDAT 6
5. CIRCUÏTS I COMPETICIONS 7
   5.1 15a COPA NINS 7
   5.2 COPA CATALANA D'ESQUÍ DE FONS (U18, ABSOLUTS I MASTERS) 9
   5.3 CAMPIONATS DE CATALUNYA I OPEN D'ESQUÍ DE FONS 11
   5.4 CAMPIONATS DE CATALUNYA I OPEN DE ROLLERSKI 11
   5.4 CONVOCATÒRIES I SELECCIÓ D'ESPORTISTES CATALANS 12
   5.5 COMPETICIONS INTERNACIONALS 13
6. MEDALLA UFEC 14

1. OBJECTIUS

El Comitè d'Esquí de Fons té com a principals objectius:

1. Promocionar l'esquí de Fons a tots els nivells, des de la iniciació fins a la competició.
2. Desenvolupar l'esquí de Fons de Competició.
3. Recolzar els Clubs de la FCEH.
4. Col·laborar amb altres Federacions en projectes comuns per ampliar el coneixement i pràctica d'aquest esport.

La FCEH establirà programes de promoció, tecnificació i alt rendiment d'acord amb la legislació vigent en matèria esportiva, en funció dels recursos i subvencions de què es pugui disposar. El Comitè d'Esquí de Fons coordinarà amb els Clubs aquests programes de pre-tecnificació.

L'objectiu és crear estructures que permetin als corredors dels clubs augmentar la qualitat d'entrenament d'esquí, en coordinació amb els centres educatius i fer un treball de «Detecció de Talents», per tal de promoure corredors als Grups de Tecnificació Juvenils i d'Alt Rendiment.

2. COMPOSICIÓ I FUNCIONAMENT DEL COMITÈ D'ESQUÍ DE FONS

1. Comitè d'Esquí de Fons executiu (amb un Cap del Comitè).
2. Junta de Clubs o Organitzadors de Competicions de Fons i Rollerski (amb un representant per clubs). Com a òrgan consultiu si el comitè ho requereix.

Els/les membres del Comitè d'Esquí de Fons, seran nomenats/des pel President/a de la FCEH, amb l'acord de la Junta Directiva i del/la Cap del Comitè.

El Comitè d'Esquí de Fons posarà a consideració les qüestions a debatre, podent sotmetre-les posteriorment a consulta amb els clubs, si fos necessari. Posteriorment elevarà a la Comissió Permanent de la FCEH aquelles qüestions que ho requereixin.

En tot allò que no prevegi aquest reglament, seran d'aplicació els reglaments corresponents de la RFEDI i/o la FIS.

Cada Club | Organització disposarà de línia directa amb el Comitè d'Esquí de Fons; cada Club / Organitzador tindrà un/a interlocutor/a oficial, que haurà de ser comunicat per escrit al Comitè d'Esquí de Fons a l'inici de cada temporada. La comunicació es farà preferentment via correu electrònic, motiu pel qual es demanarà una adreça electrònica de contacte per a realitzar les comunicacions.

El present reglament serà d'aplicació a totes les competicions dels calendari oficial de la Federació Catalana d'Esports d'Hivern (FCEH), igual com activitats organitzades per el Comitè d'Esquí de Fons:

- Copa Nins d'Esquí de Fons
- Copa catalana d'esquí de fons
- Marxes populars
- Campionats de Catalunya
- Competicions de Rollerski

3. LLICÈNCIES DE COMPETICIÓ

Tots els corredors que participin en alguna competició del Calendari Oficial de la FCEH han de tenir la llicència de competició corresponent, que inclou l'assegurança d'accidents i responsabilitat civil.

3.1 MODALITATS DE LLICÈNCIES DE FONS / ROLLERSKI

a) LLICÈNCIA FIS

Habilita per participar en competicions internacionals inscrites al calendari FIS. És obligatòria per participar a les proves inscrites al calendari de la FIS.

b) LLICÈNCIA ESTATAL

Habilita per participar en competicions estatals. És obligatòria per a participar a les proves inscrites al calendari de la RFEDI.

c) LLICÈNCIA CATALANA

Habilita per a participar en competicions autonòmiques. És obligatòria per a participar a les proves inscrites al calendari de la FCEH.

d) MULTIRISC I TARGENEU

Habilita per a participar en competicions open i/o marxes populars.

e) LLICÈNCIA DE DIA

Habilita per a participar en competicions en què expressament s'autoritzi, segons aquest Reglament.

3.2 TRAMITACIÓ DE LLICÈNCIES

La sol·licitud de qualsevol llicència es realitzarà a través dels Clubs adscrits a la FCEH, en cap cas es podrà tenir llicència independent o farà de cap club (a excepció de Targeneu, Multirisc o Dia).

• La Llicència Catalana se sol·licitarà mitjançant l'EXTRANET de la FCEH.
• La Llicència Estatal es sol·licitarà mitjançant la plataforma ISQUAD de la RFEDI i serà validada posteriorment per la FCEH.
• La Llicència FIS es podrà sol·licitar un cop la Llicència Estatal estigui activada.
S'haurà de sol·licitar mitjançant la plataforma ISQUAD de la RFEDI. En cas de ser el primer

cop caldrà adjuntar el document "Athletes Declaration" de la FIS + fotocòpia del DNI o passaport.

3.3 VALIDACIÓ DE LLICÈNCIA

La Llicència de competició serà vàlida sempre i quan es disposi d'un Certificat Mèdic en què quedi constància que l'esportista no té cap impediment per a la pràctica dels esports d'hivern durant el període de validesa. Aquest requisit és obligatori per a totes les modalitats de llicència estatal i autonòmica.

Aquest certificat quedarà dipositat al Club sol·licitant de la llicència, fent-se responsable el Club de l'existència d'aquest certificat. Els Clubs enviaran a la FCEH la relació actualitzada de tots certificats mèdics dels esportistes mitjançant model aprovat (vegeu annex 3). La FCEH es reserva el dret de comprovar en qualsevol moment l'existència d'aquests.

En cas que no es correspongui el nombre de certificats assenyalats a la relació amb els efectivament existents en el moment de sol·licitud de les llicències, serà responsable el Club dels danys i perjudicis que es puguin derivar, a més de les sancions que se'ls poguessin imposar per una infracció de la present disposició conforme al que disposa l'Art.69è del Títol VI Règim jurisdiccional i disciplinari dels Estatus de la FCEH (Infraccions molt greus).

Les llicències de Competició dels corredors hauran d'estar habilitades o validades 48hores abans del tancament del termini de les inscripcions. En cas contrari, no es podrà garantir la confirmació de la inscripció.

3.4 CANVI DE CLUB

Quan un/a esportista tingui la llicència expedida per la FCEH o per la pròpia RFEDI, al llarg de la vigència de la llicència no es podrà canviar de club o Federació esportiva fins que expiri la llicència.

Per a qualsevol trasllat de llicència d'un Club a un altre, o per a canviar de Federació Autonòmica, serà imprescindible la presentació d'un document del seu anterior Club conforme no té cap deute econòmic pendent.

---

4. CURSES FCEH

4.1 CALENDARI

Les sol·licituds d'inscripció de curses al Calendari l'hauran de realitzar per escrit els clubs adscrits a la FCEH abans del 30/4.

Les curses del calendari de la FCEH poden tenir àmbit autonòmic, nacional i internacional.

En funció d'aquest àmbit estan sotmeses als reglaments de la FCEH, de la RFEDI i/o de la FIS.

En les proves d'àmbit autonòmic, s'aplicaran els reglaments RFEDI i FIS en tot allò que no estigui expressament regulat per aquest reglament.

S'estableix un protocol per las curses Open i Marxes Populars, a l'Annex 02 d'aquest reglament.

S'estableix un protocol per las curses de la Copa Nins, a l'Annex 03 d'aquest reglament.

El Comitè d'Esquí de Fons proposarà anualment el calendari de competicions d'esquí de fons i rollerski de la FCEH a la Junta Directiva, el qual haurà de ser aprovat per l'Assemblea General de Clubs.

Totes les competicions del calendari són inclusives per a Esportistes amb Discapacitat. Cal comentar amb les organitzadors que els temps emprats per aquests corredors s'hauran de calcular tenint en compte el seus percentatges.

4.2 CANVI DE CALENDARI I CANVI D'ESTACIÓ

Qualsevol canvi de data o cancel·lació d'una cursa s'ha de comunicar per escrit a la FCEH.

Qualsevol canvi en l'estació on s'ha de fer una prova cal comunicar-ho a la FCEH i al Delegat Tècnic (DT) designat.

Els canvis d'urgència de darrera hora per motius meteorològics seran estudiats conjuntament entre l'organitzador, el Jury de la competició i una membre del comitè d'esquí de fons.

4.3 INSCRIPCIONS

Les inscripcions a les curses autonòmiques del calendari de la FCEH es tramitaran a través de la passarel·la d'inscripcions de la FCEH.

Les inscripcions a les curses autonòmiques, incloses al calendari e la RFEDI es tramitaran a través de l'extranet de la RFEDI.

Les inscripcions a les curses internacionals:

- Incloses al calendari de la RFEDI es tramitaran a través de la RFEDI.
- No incloses al calendari de la RFEDI es tramitaran per escrit a la FCEH amb l'antelació dels dies que determini la RFEDI.

El termini d'inscripció a les diferents competicions serà:

- Curses Calendari FCEH: fins a les 08:00h del divendres anterior a la cursa.
- Curses Calendari RFEDI: Fins les 12:00h del dimecres anterior a la cursa.

Aquests terminis poden variar si la convocatòria de la cursa o el circuit estableix un termini diferent.

Les inscripcions seran vàlides sempre que s'hagin efectuat en el termini i consti el corresponent pagament de la quota d'inscripció, 24h abans de la primera reunió de caps d'equip.

Els drets d'inscripció només es retornaran en el cas que la competició sigui cancel·lada amb antelació a la celebració de la reunió de Caps d'Equip.

En cas que la competició es recuperi en altres dates, es procedirà de la manera següent:

- Els corredors que prèviament hagin pagat la quota d'inscripció, i participin en les dates recuperades, no han de tornar a pagar cap quota d'inscripció.
- Els corredors que havien pagat prèviament la quota d'inscripció, i no participin en les dates recuperades, se'ls hi retornarà la quota d'inscripció.
- Els corredors que s'inscriguin per primera vegada en les dates recuperades hauran de pagar la quota d'inscripció.

4.4 DRETS D'INSCRIPCIÓ

La quota d'inscripció serà de 50€ per competició.

Cal complimentar degudament el document ANNEX 5 Protocol de Competicions d'esquí nòrdic i seguir les indicacions exposades per optar als beneficis d'organització dels esdeveniments.

4.5 DELEGAT TÈCNIC

El/la Delegat/da Tècnic /a(DT) de la prova serà designat/da per la FIS, RFEDI o la FCEH, segons el tipus de prova si s'escau, i es comunicarà seguidament al club col·laborador.

Els organitzadors i el club col·laborador haurà d'enviar, 15 dies abans de la prova, la informació de la mateixa al/la DT designat/da, i també a la FCEH.

4.6 GRUPS D'EDAT

Els diferents grups d'edat per a les competicions de la FCEH seran els mateixos que determini cada any la FIS, a més a més de les categories pròpies dels màsters.

Aquestes grups d'edat són per la temporada 2026-2027 els que s'esmenten en els quadres següents:

U8	Nascuts el 2019 I superiors
U10	Nascuts el 2018 i 2017
U12	Nascuts el 2016 i 2015
U14	Nascuts el 2014 i 2013
U16	Nascuts el 2012 i 2011
U18	Nascuts el 2010 i 2009
U20	Nascuts el 2008 i 2007
SEN	Nascuts entre el 2006 i 1983
MST 1	Nascuts entre el 1982 i 1977
MST 2	Nascuts el 1976 i anteriors

5. CIRCUÏTS I COMPETICIONS

5.1 15a COPA NINS

L'objectiu principal d'aquesta competició és la promoció i el desenvolupament de l'esquí de fons per als corredors i corredores més petits i petites. Es tracta de poder confeccionar un calendari de curses amb models innovadors i formats reduïts amb major atractiu per al jovent per així millorar les seves habilitats motrius i incrementar l'adhesió a l'esquí de fons des d'una vessant més social, lúdica i divertida, però a l'hora competitiva.

A tal efecte és confeccionarà un llistat de categories per als/les més joves, relacionades amb la modalitat i distància que podran recórrer a les diferents curses.

El Comitè d'Esquí de Fons vetllarà per tal que la qualitat de les Organitzacions de les proves que componguin la Copa Nins d'esquí de fons mantingui uns mínims d'excel·lència, per tal de permetre que les proves es desenvolupin amb seguretat i qualitat organitzatives, dotant així de l'experiència del Comitè com a Organitzador i restant de responsabilitat als Clubs col·laboradors.

El Comitè d'Esquí de Fons, amb el recolzament dels Clubs col·laboradors de la Copa coordinarà el calendari i actuarà com a Jurat General de la Copa Nins, per a resoldre els problemes que puguin aparèixer durant la temporada i que afectin aquesta competició.

Els organitzadors de les curses inscrites al calendari han d'acceptar el material propi de la Copa: Carpa, Arc Inflable, etc...

El sistema d'inscripcions a les curses de Copa Nins no caldrà sol·licitar el número de codi. Quan es faci la primera inscripció a una cursa, el mateix sistema ja donarà un codi, que estarà adjudicat al corredor/a per sempre.

CATEGORIES

CATEGORIES DE PROMOCIÓ

U8	Nascuts el 2019 i superiors
U10	Nascuts el 2018 i 2017
U12	Nascuts el 2016 i 2015

CATEGORIES DE COMPETICIÓ

U14	Nascuts el 2014 i 2013
U16	Nascuts el 2012 i 2011

CATEGORIES DE PARTICIPACIÓ

U18	Nascuts el 2010 i 2009
U20	Nascuts el 2008 i 2007
SEN	Nascuts entre el 2006 i 1983
MST 1	Nascuts entre el 1982 i 1977
MST 2	Nascuts el 1976 i anteriors

La forma de puntuació serà la següent:

PUNTUACIO SEGONS CLASSIFICACIÓ

cl.	punt	**cl.**	punt	**cl.**	punt
1	*100*	**11**	*30*	**21**	*10*
2	*90*	**12**	*25*	**22**	*9*
3	*80*	**13**	*20*	**23**	*8*
4	*70*	**14**	*18*	**24**	*7*
5	*60*	**15**	*16*	**25**	*6*
6	*55*	**16**	*15*	**26**	*5*
7	*50*	**17**	*14*	**27**	*4*
8	*45*	**18**	*13*	**28**	*3*
9	*40*	**19**	*12*	**29**	*2*
10	*35*	**20**	*11*	**30**	*1*

Per dotar de la mateixa importància a totes les competicions i premiar a l'esportista més complet/a, totes les curses puntuaran el mateix.

Les categories U8, U10 i U12 seran de promoció, hi haurà classificació com a tal, i és farà un reconeixement de participació per a tots/es els/les esportistes per igual, amb excepció de la final, que es premiarà la suma de les 3 millors de cada categoria, en un mínim de 3 curses participades, qui tingui menys de 3 curses no optarà al podi final.

Al final de la Copa Nins s'establirà una classificació per Clubs, de la FCEH, per premiar l'esforç en la formació de la BASE, basada en els 20 millors classificats en la suma dels punts total de totes les curses, /des les categories (U8, U10, U12, U14 i U16), on hi haurà premis per els 3 primers clubs classificats adscrits a la FCEH:

- 1er Club: valor de 1000€
- 2on Club: Valor de 750€
- 3er Club: Valor de 500€

Per a establir tota classificació a la Copa Nins s'utilitzaran els resultats oficials facilitats per cada organització, i no se'n podrà fer modificacions. Així doncs, qualsevol reclamació en relació a la classificació d'una prova s'ha de dirigir al seu comitè organitzador en el període de temps que s'hagi establert.

Al final de temporada es donaran premis als tres primers i les tres primeres classificats/des de cada **categoria.**
Els clubs guanyadors es farà l'entrega de premis a l'assemblea general de final de temporada.

En cas d'empat es decidirà a favor de l'esquiador/a que hagi disputat un major nombre de proves de la Copa Nins. Si tot i així encara continua l'empat prevaldrà l'ordre de classificació (o la participació) a la prova més nombrosa.

El comitè de fons es reserva el dret de modificar qualsevol punt del reglament si les circumstàncies ho aconsellen.

Si per raons d'ajornament coincideixen dues proves el mateix dia, només en puntuarà una: la que no hagi estat ajornada. Per tant, es recomana als organitzadors que es vegin obligats a ajornar una cursa que la facin un diumenge que estigui lliure, o bé un dissabte.

DISTÀNCIES RECOMANADES

CATEGORIA	DISTÀNCIA	SKICROSS	SPRINT	SKIATLHON.	TEMPS.MÍNIMES
U8	<= 1 km	0,4 km	0,4 km	0,5 + 0,5 km	- 5 a – 10ºC
U10	1 - 2 km	0,2-0,6 km	0,2-0,6 km	1 + 1 km	- 5 a – 10ºC
U12	3 km	0,5 - 1 km	0,5 - 1 km	1,5 + 1,5 km	-12ºC
U14	5 km	0,8-1,2 km	0,8-1,2 km	2,5 + 2,5 km	-15ºC
U16	7,5 km	0,8-1,6km	0,8-1,2km	3,5 + 3,5 km	-15ºC

Per a la puntuació a la Copa Nins es faran servir els resultats per ordre d'arribada.

5.2 COPA CATALANA D'ESQUÍ DE FONS (U18, ABSOLUTS I MASTERS)

L'objectiu principal d'aquesta competició és la promoció i el desenvolupament de l'esquí de fons per als corredors i corredores més experimentats i fomentar la practica de l'esport a totes les edats. Es tracta de poder confeccionar un calendari de curses amb models innovadors i formats reduïts amb major atractiu per als familiars que acompanyen a les competicions als més joves des d'una vessant més social, lúdica, familiar i divertida, però a l'hora competitiva.

El Comitè d'Esquí de Fons vetllarà per tal que la qualitat de les Organitzacions de les proves que componguin la Copa Catalana d'esquí de fons mantingui uns mínims d'excel·lència, per tal de permetre que les proves es desenvolupin amb seguretat i qualitat organitzatives, dotant així de l'experiència del Comitè com a Organitzador i restant de responsabilitat als Clubs col·laboradors.

El Comitè d'Esquí de Fons, amb el recolzament dels Clubs col·laboradors de la Copa coordinarà el calendari i actuarà com a Jurat General de la Copa Catalana, per a resoldre els problemes que puguin aparèixer durant la temporada i que afectin aquesta competició.

Els organitzadors de les curses inscrites al calendari han d'acceptar el material propi de la Copa: Carpa, Arc Inflable, etc...

El sistema d'inscripcions a les curses de Copa Catalana no caldrà sol·licitar el número de codi. Quan es faci la primera inscripció a una cursa, el mateix sistema ja donarà un codi, que estarà adjudicat al corredor/a per sempre.

Per poder participar a la Copa Catalan serà necessari disposar d'una llicència federativa el dia de la competició. Es podrà competir amb la Llicència Catalana de Competició, la Targeneu, la Multirisc i/o la Llicència de dia que es contractarà al moment de realitzar la inscripció.

CATEGORIES

CATEGORIES DE PARTICIPACIÓ

U18	Nascuts el 2010 i 2009
ABSOLUTS	Nascuts el 2008 i 1983
MASTERS	Nascuts entre el 1982 I anteriors

La forma de puntuació serà la següent:

PUNTUACIO SEGONS CLASSIFICACIÓ

cl.	punt	**cl.**	punt	**cl.**	punt
1	*100*	**11**	*30*	**21**	*10*
2	*90*	**12**	*25*	**22**	*9*
3	*80*	**13**	*20*	**23**	*8*
4	*70*	**14**	*18*	**24**	*7*
5	*60*	**15**	*16*	**25**	*6*
6	*55*	**16**	*15*	**26**	*5*
7	*50*	**17**	*14*	**27**	*4*
8	*45*	**18**	*13*	**28**	*3*
9	*40*	**19**	*12*	**29**	*2*
10	*35*	**20**	*11*	**30**	*1*

Per dotar de la mateixa importància a totes les competicions i premiar a l'esportista més complet/a, totes les curses puntuaran el mateix.

A cadascuna de les categories hi haurà classificació com a tal, i és farà un reconeixement de participació per a tots/es els/les esportistes per igual.

Al final de la Copa Catalana s'establirà una classificació per Clubs, de la FCEH, basada en la suma dels punts dels deu primers classificats/des en cadascuna de les categories.

Per a establir tota classificació a la Copa Catalana s'utilitzaran els resultats oficials facilitats per cada organització, i no se'n podrà fer modificacions. Així doncs, qualsevol reclamació en relació a la classificació d'una prova s'ha de dirigir al seu comitè organitzador en el període de temps que s'hagi establert.

Al final de temporada es donaran premis als tres primers i les tres primeres classificats/des de cada categoria.

Per conformar el podi dels tres primers classificats/des es tindran en compte els següents criteris:

- Haver participat com a mínim al 50% de les proves de la Copa Catalana
- Rànquing de les tres millors proves

En cas d'empat es decidirà a favor de l'esquiador/a que hagi disputat un major nombre de proves de la Copa Catalana. Si tot i així encara continua l'empat prevaldrà l'ordre de classificació (o la participació) a la prova més nombrosa.

El comitè de fons es reserva el dret de modificar qualsevol punt del reglament si les circumstàncies ho aconsellen.

Si per raons d'ajornament coincideixen dues proves el mateix dia, només en puntuarà una: la que no hagi estat ajornada. Per tant, es recomana als organitzadors que es vegin obligats a ajornar una cursa que la facin un diumenge que estigui lliure, o bé un dissabte

5.3 CAMPIONATS DE CATALUNYA I OPEN D'ESQUÍ DE FONS

Per al desenvolupament específic de les diverses competicions, es generaran Reglaments específics cada temporada, depenent de les modalitats, distàncies i organització de la prova, que decideixi el Comitè d'Esquí de Fons.
Segons normativa del Consell Català de l'Esport, tan sols optaran al títol de campió/na de Catalunya aquells/es esportistes amb Llicència Oficial de Competició FCEH.

En totes les competicions oficials del calendari FCEH i Campionats de Catalunya, s'habilitarà la participació de corredors open amb llicència targes neu, multirisc o llicencia de dia. En cap cas aquests esportistes no podran optar al podi ni al títol de Campió/na de Catalunya.

Els **Campionats de Catalunya de Relleus** estaran oberts a tots els corredors/es dels clubs, tinguin llicència o no, per tal de poder donar l'oportunitat de fer el màxim d'equips. En aquest cas, hi haurà classificació open sense títol de Campió/na de Catalunya.

5.4 CAMPIONATS DE CATALUNYA I OPEN DE ROLLERSKI

El **Campionat de Catalunya d'esquí de Rodes** es realitzarà durant els mesos d'estiu i tardor.
La creació d'aquest Campionat permet als corredors el manteniment del nivell d'entrenament i competitivitat durant la pretemporada, per tal d'arribar en òptimes condicions als mesos d'hivern.

Segons normativa del Consell Català de l'Esport, tan sols optaran al títol de campió/na de Catalunya aquells/es esportistes amb Llicència Oficial de Competició FCEH.

NORMATIVA DE MATERIAL

La reglamentació es basa en l'article 396.2 **Competition Equipment**(IRC Cros Country) essent d'obligat compliment per a les curses FIS,RFEDI i FCEH.

- El diàmetre de rodes no podrà superar en cap cas els 100mm de diàmetre.
- La distància entre eixos no pot ser inferior a 530m.
- En tècnica clàssica al menys una de les rodes ha de portar incorporat el sistema antiretorn.
- S'haurà de portar bastons aptes per la practica de l'esquí de fons. Per seguretat, aquests hauran de tenir una protecció de plàstic amb un diàmetre no inferior a 30mm i a 45mm des de la sortida de la punta metàl·lica.
- En competicions FIS de tècnica clàssica, la llargada dels bastons no pot superar el 83% de l'esportista més de 2cm. Mesures i arrodoniments queda reflectit a l'article ICR 343.8.2.

- S'utilitzarà casc (DIN EN 1078 o equivalent), ulleres i guants durant entrenaments oficials i competicions. En condicions de mala visibilitat o inclemències meteorològiques com pluja, el jurat de la cursa pot decidir sobre l'ús de les proteccions dels ulls.
- És potestat de l'organitzador subministrar el rollerski de les mateixes característiques i prestacions perquè tots competeixin amb les mateixes condicions. En el cas que l'organitzador no subministri el material, se seguirà l'article 396.2.10 del RIS. Per garantir condicions de seguretat i equitat, el CO i el jurat podran limitar els paràmetres tècnics de l' equipament de competició comunicant-ho amb antelació en el programa.
- En competicions de tècnica clàssica i tècnica lliure hauran de competir amb rollerskis amb rodes d'entrenament (cautxú tipus2 o equivalent). **No estan permeses les rodes de competició "PU (poli-uretà)" en cap cas.**
- Per a les categories inferiors U6-U8-U10-U12, es permetrà la participació d'esportistes amb patins en línia sense possibilitats d'optar al podi.

5.4 CONVOCATÒRIES I SELECCIÓ D'ESPORTISTES CATALANS

SELECCIÓ

El Comitè d'Esquí de Fons i els tècnics del programa ARC Fons, designarà els/les components que participaran a les competicions com equips catalans, formats pels esportistes que els clubs i els seus tècnics proposin.

Si l'organització proposa uns màxims per federació autonòmica, s'escolliran els millors classificats de cada club.

REQUISITS MÍNIMS DE SELECCIÓ

Complir aquests requisits no suposen que el corredor o corredora sigui seleccionat/da directament sinó que sense ells no seria possible ser seleccionat/da.

- Tenir activada la llicència estatal.
- Haver participat a curses dels calendaris FCEH.
- En cas dels Campionats d'Espanya, i en categories inferiors, haver participat com a minin als Campionats de Catalunya i 3 curses de la Copa nins.
- En cas de que un córrer o corredora no tingui les curses per motius justificats, el comitè valorarà la seva selecció, en tot cas es tindrà de justificar l'absència.

Estar seleccionat representa formar part de l'equip català i, per tant, la preparació d'esquís, entrenaments previs a la competició, encerat dels dies de competició i decisions tècniques aniran a càrrec dels tècnics de la FCEH i de clubs designats per la federació (Comitè tècnic) i tots els corredors i corredores hauran d'estar sota la seva responsabilitat.

Només seran inscrits/es a les competicions aquells corredors i corredores, proposats pels Clubs seleccionats oficialment per la FCEH.

CRITERI SUBJECTIU

Tots els criteris anteriors es veuran condicionats per un criteri tècnic subjectiu per tal d'acabar de garantir una representació esportiva òptima de Catalunya als Campionats Estatals i altres activitats estatals.

La decisió subjectiva roman a les mans dels tècnics i Cap del Comitè d'Esquí de Fons de la FCEH.

CAPS D'EQUIP

A les proves de Campionats d'Espanya, i d'altres en que es participi com a Equip Català, el Cap de Comitè d'Esquí de Fons de la FCEH designarà el Cap d'Equip.

ENTRENADORS I TÈCNICS

La FCEH designarà, a proposta del Cap de Comitè d'Esquí de Fons i dels tècnics del programa ARC, l'equip d'entrenadors i tècnics que en cada competició acompanyaran l'equip d'esportistes en la seva representació.

EQUIPACIÓ

Tots els corredors i corredores que representin els equips de la FCEH en les competicions en que es participi com a Federació Catalana, utilitzaran l'equipació –indumentària- que a tal efecte designi aquesta Federació.

El no compliment d'aquesta norma podrà comportar la no participació en les competicions.

ACCEPTACIÓ DE LA NORMATIVA PER A CONVOCATÒRIES

Tots els corredors i corredores convocats per a representar a la FCEH en les diferents proves, hauran d'haver acceptat i signat (pares o tutors legals dels menors) el document referent a «Autorització per a convocatòries» (Annex 1).

COMPORTAMENT EN COMPETICIONS

El Cap d'Equip podrà obrir un Informe Esportiu que s'adreçarà al Comitè d'Esquí de Fons per prendre les decisions oportunes, a aquells corredors que no tinguin un esperit purament esportiu i de competició durant les concentracions d'entrenament o les de competició.

Aquesta mesura, en cap cas, limitarà les accions oportunes i complementàries que consideri el Comitè de Disciplina Esportiva de la FCEH.

5.5 COMPETICIONS INTERNACIONALS

Els clubs podran sol·licitar la inscripció dels seus corredors a aquelles curses d'àmbit internacional a les que no s'hi participi per selecció de la RFEDI o la FCEH.

Sempre que la normativa FIS o RFEDI, o la convocatòria concreta de la cursa no estableixi una altra cosa, les peticions s'hauran d'enviar per escrit a la FCEH via club, que les haurà d'haver rebut almenys cinc dies abans de la data límit establerta per la RFEDI. 10 dies abans de la competició.

En cas que el nombre de sol·licituds superi el cupó de participació establert per la FCEH o la RFEDI, la FCEH, a proposta del Cap de Comitè d'Esquí de Fons, determinarà els inscrits, o la proposta que elevarà a la RFEDI, amb el mateix criteri descrit per als equips catalans.

6. MEDALLA UFEC

La MEDALLA que atorga la UFEC anualment als Campions de Catalunya absoluts, serà per al/a la guanyador/a de la categoria absoluta del Campionat de Catalunya Esquí de Fons i Rollerski.

- Campió Catalunya ABS Masculí Distància / Persecució
- Campiona Catalunya ABS Femení Distància / Persecució
- Campió Catalunya ABS Masculí Sprint
- Campiona Catalunya ABS Femení Sprint

ESPORTSHIVERN