


SPRUNGSCHANZENDATEN

(Bei internationalen Veranstaltungen, die Daten der IWO beachten !)

	SPEZIAL - SPRUNGLAUF und	
	KOMBINATIONS - SPRUNGLAUF	
	Die Grösse einer Schanze wird nach L-Punkt-Weite 'w' benannt	Einzel
		<p>Jugend+Junioren: 1 Sprung auf der Normalschanze, mit anschließendem LL über 5 oder 10 km.</p> <p>Herren: 1 Sprung auf der Groß- oder Normalschanze mit anschließendem LL über 10 km (4x2,5km).</p>
Kleine Schanzen	w von 20 m bis 49 m	
Mittlere Schanzen	w von 50 m bis 84 m	
Normalschanzen	w von 85 m bis 109 m	
Grossschanzen	w ab 110 m	
Flugschanzen	w ab 185 m	

Werden an einem Ort eine Normal- und eine Grossschanze gebaut, muß der Unterschied mindestens 25 m betragen.

Es gibt einen neuen Begriff, welcher die Größe einer Schanze, wie weit gesprungen werden kann, definiert.

Das ist HS (Hill-Size)

HS = L oder K. Wenn L kleiner ist als K, ist K gleich HS.

K = der Konstruktionspunkt einer Schanze = 60 Weitenpunkte



Tabelle zur Berechnung der Punkte und Differenzzeiten für LANGLAUF und NORDISCHE KOMBINATION

Zeit in Sekunden	4 x 5 km Punkte	20 km Punkte	3 x 5 km Punkte	15 km Punkte	10 km Punkte	9 km Punkte	8 km Punkte	15 km Team Punkte	7,5 km Punkte	7 km Punkte	6 km Punkte	5 km Punkte	4 km Punkte	3 km Punkte	2 km Punkte	1 km Punkte
1	0,15	0,12	0,22	0,17	0,22	0,24	0,26	0,23	0,27	0,28	0,30	0,32	0,37	0,42	0,52	0,62
2	0,30	0,23	0,43	0,33	0,43	0,47	0,51	0,47	0,53	0,55	0,59	0,63	0,73	0,83	1,03	1,23
3	0,45	0,35	0,65	0,50	0,65	0,71	0,77	0,70	0,80	0,83	0,89	0,95	1,10	1,25	1,55	1,85
4	0,60	0,47	0,87	0,67	0,87	0,95	1,03	0,93	1,07	1,11	1,19	1,27	1,47	1,67	2,07	2,47
5	0,75	0,58	1,08	0,83	1,08	1,18	1,28	1,17	1,33	1,38	1,48	1,58	1,83	2,08	2,58	3,08
6	0,90	0,70	1,30	1,00	1,30	1,42	1,54	1,40	1,60	1,66	1,78	1,90	2,20	2,50	3,10	3,70
7	1,05	0,82	1,52	1,17	1,52	1,66	1,80	1,63	1,87	1,94	2,08	2,22	2,57	2,92	3,62	4,32
8	1,20	0,93	1,73	1,33	1,73	1,89	2,05	1,87	2,13	2,21	2,37	2,53	2,93	3,33	4,13	4,93
9	1,35	1,05	1,95	1,50	1,95	2,13	2,31	2,10	2,40	2,49	2,67	2,85	3,30	3,75	4,65	5,55
10	1,50	1,17	2,17	1,67	2,17	2,37	2,57	2,33	2,67	2,77	2,97	3,17	3,67	4,17	5,17	6,17
20	3,00	2,33	4,33	3,33	4,33	4,73	5,13	4,67	5,33	5,53	5,93	6,33	7,33	8,33	10,33	12,33
30	4,50	3,50	6,50	5,00	6,50	7,10	7,70	7,00	8,00	8,30	8,90	9,50	11,00	12,50	15,50	18,50
40	6,00	4,67	8,67	6,67	8,67	9,47	10,27	9,33	10,67	11,07	11,87	12,67	14,67	16,67	20,67	24,67
50	7,50	5,83	10,83	8,33	10,83	11,83	12,83	11,67	13,33	13,83	14,83	15,83	18,33	20,83	25,83	30,83
60	9,00	7,00	13,00	10,00	13,00	14,20	15,40	14,00	16,00	16,60	17,80	19,00	22,00	25,00	31,00	37,00
Multiplikator und Divisor	x 6,6667	x 8,5714	x 4,6154	x 6,0000	x 4,6154	x 4,2254	x 3,8961	x 4,2857	x 3,7500	x 3,6145	x 3,3708	x 3,1579	x 2,7273	x 2,4000	x 1,9355	x 1,6216

Minuten von Differenzzeiten sind immer in Sekunden umzurechnen. z.B.: 2:27,1 Minuten = 147,1 Sekunden.

Beispiele:

Differenzzeit : Divisor(Strecke) = Punkte
 30,2 Sek. : 3,6145 (7 km) = 8,3552

Punkte x Divisor/Strecke = Differenzzeit
 8,3552 x 3,6145 (7 km) = 30,2 Sek.

ACHTUNG: Für die Berechnung ist der Divisor immer mit 4 Dezimalstellen zu rechnen um Punktedifferenzen zu vermeiden.



MASSTABELLE für Körpergrösse + Skilänge

Gültig für Kinder und Schülerklassen ab Saison 2010/2011

Body Height Körpergrösse	Ski length = 140% Skilänge = 140%	Front ski = 57% Vorderski = 57%		Body Height Körpergrösse	Ski length = 140% Skilänge = 140%	Front ski = 57% Vorderski = 57%
cm	cm	cm		cm	cm	cm
125	175	100		156	218	124
126	176	100			219	125
	177	101		157	220	125
127	178	101		158	221	126
128	179	102			222	127
	180	103		159	223	127
129	181	103		160	224	128
130	182	104		161	225	128
131	183	104			226	129
	184	105		162	227	129
132	185	105		163	228	130
133	186	106			229	131
	187	107		164	230	131
134	188	107		165	231	132
135	189	108		166	232	132
136	190	108			233	133
	191	109		167	234	133
137	192	109		168	235	134
138	193	110			236	135
	194	111		169	237	135
139	195	111		170	238	136
140	196	112		171	239	136
141	197	112			240	137
	198	113		172	241	137
142	199	113		173	242	138
143	200	114			243	139
	201	115		174	244	139
144	202	115		175	245	140
145	203	116		176	246	140
146	204	116			247	141
	205	117		177	248	141
147	206	117		178	249	142
148	207	118			250	143
	208	119		179	251	143
149	209	119		180	252	144
150	210	120		181	253	144
151	211	120			254	145
	212	121		182	255	145
152	213	121		183	256	146
153	214	122			257	146
	215	123		184	258	147
154	216	123		185	259	148
155	217	124		186	260	148



MASSTABELLE für Montage Skisprungbindungen

ab 2010/2011 - nordisch

Body Height Körpergröße	Ski length 145% Skilänge 145%	Front ski = 57% Vorderski = 57%	Body Height Körpergröße	Ski length 145% Skilänge 145%	Front ski = 57% Vorderski = 57%	Body Height Körpergröße	Ski length 145% Skilänge 145%	Front ski = 57% Vorderski = 57%	Body Height Körpergröße	Ski length 145% Skilänge 145%	Front ski = 57% Vorderski = 57%
cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm
140	203	116	155	225	128		246	140	185	268	153
141	204	116	156	226	129	170	247	141		269	153
	205	117		227	129	171	248	141	186	270	154
142	206	117	157	228	130	172	249	142	187	271	154
143	207	118	158	229	131		250	143		272	155
	208	119		230	131	173	251	143	188	273	156
144	209	119	159	231	132	174	252	144	189	274	156
145	210	120	160	232	132		253	144		275	157
	211	120	161	233	133	175	254	145	190	276	157
146	212	121		234	133	176	255	145	191	277	158
147	213	121	162	235	134		256	146	192	278	158
	214	122	163	236	135	177	257	146		279	159
148	215	123		237	135	178	258	147	193	280	160
149	216	123	164	238	136		259	148	194	281	160
	217	124	165	239	136	179	260	148		282	161
150	218	124		240	137	180	261	149	195	283	161
151	219	125	166	241	137	181	262	149	196	284	162
152	220	125	167	242	138		263	150		285	162
	221	126		243	139	182	264	150	197	286	163
153	222	127	168	244	139	183	265	151	198	287	164
154	223	127	169	245	140		266	152		288	164
	224	128				184	267	152	199	289	165
									200	290	165

Measurement table for ski length and weight – BMI 21.0 – LADIES and MEN
(valid from summer 2012)

Body Height	A		B		C		D		E		F	
	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length
BMI / %	21.000	145.0	20.875	144.5	20.750	144.0	20.625	143.5	20.500	143.0	20.375	142.5
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	41.2	203	40.9	202	40.7	202	40.4	201	40.2	200	39.9	200
141	41.8	204	41.5	204	41.3	203	41.0	202	40.8	202	40.5	201
142	42.3	206	42.1	205	41.8	204	41.6	204	41.3	203	41.1	202
143	42.9	207	42.7	207	42.4	206	42.2	205	41.9	204	41.7	204
144	43.5	209	43.3	208	43.0	207	42.8	207	42.5	206	42.2	205
145	44.2	210	43.9	210	43.6	209	43.4	208	43.1	207	42.8	207
146	44.8	212	44.5	211	44.2	210	44.0	210	43.7	209	43.4	208
147	45.4	213	45.1	212	44.8	212	44.6	211	44.3	210	44.0	209
148	46.0	215	45.7	214	45.5	213	45.2	212	44.9	212	44.6	211
149	46.6	216	46.3	215	46.1	215	45.8	214	45.5	213	45.2	212
150	47.3	218	47.0	217	46.7	216	46.4	215	46.1	215	45.8	214
151	47.9	219	47.6	218	47.3	217	47.0	217	46.7	216	46.5	215
152	48.5	220	48.2	220	47.9	219	47.7	218	47.4	217	47.1	217
153	49.2	222	48.9	221	48.6	220	48.3	220	48.0	219	47.7	218
154	49.8	223	49.5	223	49.2	222	48.9	221	48.6	220	48.3	219
155	50.5	225	50.2	224	49.9	223	49.6	222	49.3	222	49.0	221
156	51.1	226	50.8	225	50.5	225	50.2	224	49.9	223	49.6	222
157	51.8	228	51.5	227	51.1	226	50.8	225	50.5	225	50.2	224
158	52.4	229	52.1	228	51.8	228	51.5	227	51.2	226	50.9	225
159	53.1	231	52.8	230	52.5	229	52.1	228	51.8	227	51.5	227
160	53.8	232	53.4	231	53.1	230	52.8	230	52.5	229	52.2	228
161	54.4	233	54.1	233	53.8	232	53.5	231	53.1	230	52.8	229
162	55.1	235	54.8	234	54.5	233	54.1	232	53.8	232	53.5	231
163	55.8	236	55.5	236	55.1	235	54.8	234	54.5	233	54.1	232
164	56.5	238	56.1	237	55.8	236	55.5	235	55.1	235	54.8	234
165	57.2	239	56.8	238	56.5	238	56.2	237	55.8	236	55.5	235
166	57.9	241	57.5	240	57.2	239	56.8	238	56.5	237	56.1	237
167	58.6	242	58.2	241	57.9	240	57.5	240	57.2	239	56.8	238
168	59.3	244	58.9	243	58.6	242	58.2	241	57.9	240	57.5	239
169	60.0	245	59.6	244	59.3	243	58.9	243	58.6	242	58.2	241
170	60.7	247	60.3	246	60.0	245	59.6	244	59.2	243	58.9	242
171	61.4	248	61.0	247	60.7	246	60.3	245	59.9	245	59.6	244
172	62.1	249	61.8	249	61.4	248	61.0	247	60.6	246	60.3	245
173	62.9	251	62.5	250	62.1	249	61.7	248	61.4	247	61.0	247
174	63.6	252	63.2	251	62.8	251	62.4	250	62.1	249	61.7	248
175	64.3	254	63.9	253	63.5	252	63.2	251	62.8	250	62.4	249
176	65.0	255	64.7	254	64.3	253	63.9	253	63.5	252	63.1	251
177	65.8	257	65.4	256	65.0	255	64.6	254	64.2	253	63.8	252
178	66.5	258	66.1	257	65.7	256	65.3	255	65.0	255	64.6	254
179	67.3	260	66.9	259	66.5	258	66.1	257	65.7	256	65.3	255
180	68.0	261	67.6	260	67.2	259	66.8	258	66.4	257	66.0	257
181	68.8	262	68.4	262	68.0	261	67.6	260	67.2	259	66.8	258
182	69.6	264	69.1	263	68.7	262	68.3	261	67.9	260	67.5	259
183	70.3	265	69.9	264	69.5	264	69.1	263	68.7	262	68.2	261
184	71.1	267	70.7	266	70.3	265	69.8	264	69.4	263	69.0	262
185	71.9	268	71.4	267	71.0	266	70.6	265	70.2	265	69.7	264
186	72.7	270	72.2	269	71.8	268	71.4	267	70.9	266	70.5	265
187	73.4	271	73.0	270	72.6	269	72.1	268	71.7	267	71.2	266
188	74.2	273	73.8	272	73.3	271	72.9	270	72.5	269	72.0	268
189	75.0	274	74.6	273	74.1	272	73.7	271	73.2	270	72.8	269
190	75.8	276	75.4	275	74.9	274	74.5	273	74.0	272	73.6	271
191	76.6	277	76.2	276	75.7	275	75.2	274	74.8	273	74.3	272
192	77.4	278	77.0	277	76.5	276	76.0	276	75.6	275	75.1	274
193	78.2	280	77.8	279	77.3	278	76.8	277	76.4	276	75.9	275
194	79.0	281	78.6	280	78.1	279	77.6	278	77.2	277	76.7	276
195	79.9	283	79.4	282	78.9	281	78.4	280	78.0	279	77.5	278
196	80.7	284	80.2	283	79.7	282	79.2	281	78.8	280	78.3	279
197	81.5	286	81.0	285	80.5	284	80.0	283	79.6	282	79.1	281
198	82.3	287	81.8	286	81.3	285	80.9	284	80.4	283	79.9	282
199	83.2	289	82.7	288	82.2	287	81.7	286	81.2	285	80.7	284
200	84.0	290	83.5	289	83.0	288	82.5	287	82.0	286	81.5	285

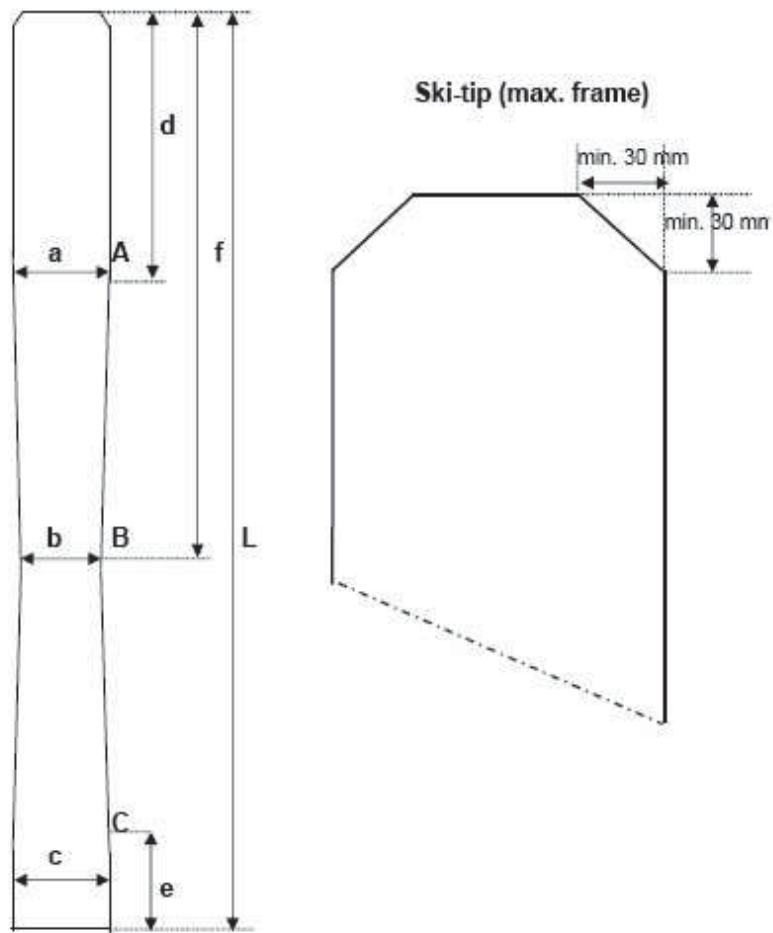
Body Height	G		H		I		J		K		L	
	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length
BMI / %	20.250	142.0	20.125	141.5	20.000	141.0	19.875	140.5	19.750	140.0	19.625	139.5
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	39.7	199	39.4	198	39.2	197	39.0	197	38.7	196	38.5	195
141	40.3	200	40.0	200	39.8	199	39.5	198	39.3	197	39.0	197
142	40.8	202	40.6	201	40.3	200	40.1	200	39.8	199	39.6	198
143	41.4	203	41.2	202	40.9	202	40.6	201	40.4	200	40.1	199
144	42.0	204	41.7	204	41.5	203	41.2	202	41.0	202	40.7	201
145	42.6	206	42.3	205	42.1	204	41.8	204	41.5	203	41.3	202
146	43.2	207	42.9	207	42.6	206	42.4	205	42.1	204	41.8	204
147	43.8	209	43.5	208	43.2	207	42.9	207	42.7	206	42.4	205
148	44.4	210	44.1	209	43.8	209	43.5	208	43.3	207	43.0	206
149	45.0	212	44.7	211	44.4	210	44.1	209	43.8	209	43.6	208
150	45.6	213	45.3	212	45.0	212	44.7	211	44.4	210	44.2	209
151	46.2	214	45.9	214	45.6	213	45.3	212	45.0	211	44.7	211
152	46.8	216	46.5	215	46.2	214	45.9	214	45.6	213	45.3	212
153	47.4	217	47.1	216	46.8	216	46.5	215	46.2	214	45.9	213
154	48.0	219	47.7	218	47.4	217	47.1	216	46.8	216	46.5	215
155	48.7	220	48.4	219	48.1	219	47.7	218	47.4	217	47.1	216
156	49.3	222	49.0	221	48.7	220	48.4	219	48.1	218	47.8	218
157	49.9	223	49.6	222	49.3	221	49.0	221	48.7	220	48.4	219
158	50.6	224	50.2	224	49.9	223	49.6	222	49.3	221	49.0	220
159	51.2	226	50.9	225	50.6	224	50.2	223	49.9	223	49.6	222
160	51.8	227	51.5	226	51.2	226	50.9	225	50.6	224	50.2	223
161	52.5	229	52.2	228	51.8	227	51.5	226	51.2	225	50.9	225
162	53.1	230	52.8	229	52.5	228	52.2	228	51.8	227	51.5	226
163	53.8	231	53.5	231	53.1	230	52.8	229	52.5	228	52.1	227
164	54.5	233	54.1	232	53.8	231	53.5	230	53.1	230	52.8	229
165	55.1	234	54.8	233	54.5	233	54.1	232	53.8	231	53.4	230
166	55.8	236	55.5	235	55.1	234	54.8	233	54.4	232	54.1	232
167	56.5	237	56.1	236	55.8	235	55.4	235	55.1	234	54.7	233
168	57.2	239	56.8	238	56.4	237	56.1	236	55.7	235	55.4	234
169	57.8	240	57.5	239	57.1	238	56.8	237	56.4	237	56.1	236
170	58.5	241	58.2	241	57.8	240	57.4	239	57.1	238	56.7	237
171	59.2	243	58.8	242	58.5	241	58.1	240	57.8	239	57.4	239
172	59.9	244	59.5	243	59.2	243	58.8	242	58.4	241	58.1	240
173	60.6	246	60.2	245	59.9	244	59.5	243	59.1	242	58.7	241
174	61.3	247	60.9	246	60.6	245	60.2	244	59.8	244	59.4	243
175	62.0	249	61.6	248	61.3	247	60.9	246	60.5	245	60.1	244
176	62.7	250	62.3	249	62.0	248	61.6	247	61.2	246	60.8	246
177	63.4	251	63.0	250	62.7	250	62.3	249	61.9	248	61.5	247
178	64.2	253	63.8	252	63.4	251	63.0	250	62.6	249	62.2	248
179	64.9	254	64.5	253	64.1	252	63.7	251	63.3	251	62.9	250
180	65.6	256	65.2	255	64.8	254	64.4	253	64.0	252	63.6	251
181	66.3	257	65.9	256	65.5	255	65.1	254	64.7	253	64.3	252
182	67.1	258	66.7	258	66.2	257	65.8	256	65.4	255	65.0	254
183	67.8	260	67.4	259	67.0	258	66.6	257	66.1	256	65.7	255
184	68.6	261	68.1	260	67.7	259	67.3	259	66.9	258	66.4	257
185	69.3	263	68.9	262	68.5	261	68.0	260	67.6	259	67.2	258
186	70.1	264	69.6	263	69.2	262	68.8	261	68.3	260	67.9	259
187	70.8	266	70.4	265	69.9	264	69.5	263	69.1	262	68.6	261
188	71.6	267	71.1	266	70.7	265	70.2	264	69.8	263	69.4	262
189	72.3	268	71.9	267	71.4	266	71.0	266	70.5	265	70.1	264
190	73.1	270	72.7	269	72.2	268	71.7	267	71.3	266	70.8	265
191	73.9	271	73.4	270	73.0	269	72.5	268	72.0	267	71.6	266
192	74.6	273	74.2	272	73.7	271	73.3	270	72.8	269	72.3	268
193	75.4	274	75.0	273	74.5	272	74.0	271	73.6	270	73.1	269
194	76.2	275	75.7	275	75.3	274	74.8	273	74.3	272	73.9	271
195	77.0	277	76.5	276	76.1	275	75.6	274	75.1	273	74.6	272
196	77.8	278	77.3	277	76.8	276	76.4	275	75.9	274	75.4	273
197	78.6	280	78.1	279	77.6	278	77.1	277	76.6	276	76.2	275
198	79.4	281	78.9	280	78.4	279	77.9	278	77.4	277	76.9	276
199	80.2	283	79.7	282	79.2	281	78.7	280	78.2	279	77.7	278
200	81.0	284	80.5	283	80.0	282	79.5	281	79.0	280	78.5	279

Body Height	M		N		O		P		Q		R	
	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length
BMI / %	19.500	139.0	19.375	138.5	19.250	138.0	19.125	137.5	19.000	137.0	18.875	136.5
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	38.2	195	38.0	194	37.7	193	37.5	193	37.2	192	37.0	191
141	38.8	196	38.5	195	38.3	195	38.0	194	37.8	193	37.5	192
142	39.3	197	39.1	197	38.8	196	38.6	195	38.3	195	38.1	194
143	39.9	199	39.6	198	39.4	197	39.1	197	38.9	196	38.6	195
144	40.4	200	40.2	199	39.9	199	39.7	198	39.4	197	39.1	197
145	41.0	202	40.7	201	40.5	200	40.2	199	39.9	199	39.7	198
146	41.6	203	41.3	202	41.0	201	40.8	201	40.5	200	40.2	199
147	42.1	204	41.9	204	41.6	203	41.3	202	41.1	201	40.8	201
148	42.7	206	42.4	205	42.2	204	41.9	204	41.6	203	41.3	202
149	43.3	207	43.0	206	42.7	206	42.5	205	42.2	204	41.9	203
150	43.9	209	43.6	208	43.3	207	43.0	206	42.8	206	42.5	205
151	44.5	210	44.2	209	43.9	208	43.6	208	43.3	207	43.0	206
152	45.1	211	44.8	211	44.5	210	44.2	209	43.9	208	43.6	207
153	45.6	213	45.4	212	45.1	211	44.8	210	44.5	210	44.2	209
154	46.2	214	45.9	213	45.7	213	45.4	212	45.1	211	44.8	210
155	46.8	215	46.5	215	46.2	214	45.9	213	45.6	212	45.3	212
156	47.5	217	47.2	216	46.8	215	46.5	215	46.2	214	45.9	213
157	48.1	218	47.8	217	47.4	217	47.1	216	46.8	215	46.5	214
158	48.7	220	48.4	219	48.1	218	47.7	217	47.4	216	47.1	216
159	49.3	221	49.0	220	48.7	219	48.3	219	48.0	218	47.7	217
160	49.9	222	49.6	222	49.3	221	49.0	220	48.6	219	48.3	218
161	50.5	224	50.2	223	49.9	222	49.6	221	49.2	221	48.9	220
162	51.2	225	50.8	224	50.5	224	50.2	223	49.9	222	49.5	221
163	51.8	227	51.5	226	51.1	225	50.8	224	50.5	223	50.1	222
164	52.4	228	52.1	227	51.8	226	51.4	226	51.1	225	50.8	224
165	53.1	229	52.7	229	52.4	228	52.1	227	51.7	226	51.4	225
166	53.7	231	53.4	230	53.0	229	52.7	228	52.4	227	52.0	227
167	54.4	232	54.0	231	53.7	230	53.3	230	53.0	229	52.6	228
168	55.0	234	54.7	233	54.3	232	54.0	231	53.6	230	53.3	229
169	55.7	235	55.3	234	55.0	233	54.6	232	54.3	232	53.9	231
170	56.4	236	56.0	235	55.6	235	55.3	234	54.9	233	54.5	232
171	57.0	238	56.7	237	56.3	236	55.9	235	55.6	234	55.2	233
172	57.7	239	57.3	238	56.9	237	56.6	237	56.2	236	55.8	235
173	58.4	240	58.0	240	57.6	239	57.2	238	56.9	237	56.5	236
174	59.0	242	58.7	241	58.3	240	57.9	239	57.5	238	57.1	238
175	59.7	243	59.3	242	59.0	242	58.6	241	58.2	240	57.8	239
176	60.4	245	60.0	244	59.6	243	59.2	242	58.9	241	58.5	240
177	61.1	246	60.7	245	60.3	244	59.9	243	59.5	242	59.1	242
178	61.8	247	61.4	247	61.0	246	60.6	245	60.2	244	59.8	243
179	62.5	249	62.1	248	61.7	247	61.3	246	60.9	245	60.5	244
180	63.2	250	62.8	249	62.4	248	62.0	248	61.6	247	61.2	246
181	63.9	252	63.5	251	63.1	250	62.7	249	62.2	248	61.8	247
182	64.6	253	64.2	252	63.8	251	63.3	250	62.9	249	62.5	248
183	65.3	254	64.9	253	64.5	253	64.0	252	63.6	251	63.2	250
184	66.0	256	65.6	255	65.2	254	64.7	253	64.3	252	63.9	251
185	66.7	257	66.3	256	65.9	255	65.5	254	65.0	253	64.6	253
186	67.5	259	67.0	258	66.6	257	66.2	256	65.7	255	65.3	254
187	68.2	260	67.8	259	67.3	258	66.9	257	66.4	256	66.0	255
188	68.9	261	68.5	260	68.0	259	67.6	259	67.2	258	66.7	257
189	69.7	263	69.2	262	68.8	261	68.3	260	67.9	259	67.4	258
190	70.4	264	69.9	263	69.5	262	69.0	261	68.6	260	68.1	259
191	71.1	265	70.7	265	70.2	264	69.8	263	69.3	262	68.9	261
192	71.9	267	71.4	266	71.0	265	70.5	264	70.0	263	69.6	262
193	72.6	268	72.2	267	71.7	266	71.2	265	70.8	264	70.3	263
194	73.4	270	72.9	269	72.4	268	72.0	267	71.5	266	71.0	265
195	74.1	271	73.7	270	73.2	269	72.7	268	72.2	267	71.8	266
196	74.9	272	74.4	271	74.0	270	73.5	270	73.0	269	72.5	268
197	75.7	274	75.2	273	74.7	272	74.2	271	73.7	270	73.3	269
198	76.4	275	76.0	274	75.5	273	75.0	272	74.5	271	74.0	270
199	77.2	277	76.7	276	76.2	275	75.7	274	75.2	273	74.7	272
200	78.0	278	77.5	277	77.0	276	76.5	275	76.0	274	75.5	273

Body Height	S		T		U		V		Z	
	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length	Weight with suit and boots	Ski length
BMI / %	18.750	136.0	18.625	135.5	18.500	135.0	18.375	134.5	18.250	134.0
cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm	kg	cm
140	36.8	190	36.5	190	36.3	189	36.0	188	35.8	188
141	37.3	192	37.0	191	36.8	190	36.5	190	36.3	189
142	37.8	193	37.6	192	37.3	192	37.1	191	36.8	190
143	38.3	194	38.1	194	37.8	193	37.6	192	37.3	192
144	38.9	196	38.6	195	38.4	194	38.1	194	37.8	193
145	39.4	197	39.2	196	38.9	196	38.6	195	38.4	194
146	40.0	199	39.7	198	39.4	197	39.2	196	38.9	196
147	40.5	200	40.2	199	40.0	198	39.7	198	39.4	197
148	41.1	201	40.8	201	40.5	200	40.2	199	40.0	198
149	41.6	203	41.3	202	41.1	201	40.8	200	40.5	200
150	42.2	204	41.9	203	41.6	203	41.3	202	41.1	201
151	42.8	205	42.5	205	42.2	204	41.9	203	41.6	202
152	43.3	207	43.0	206	42.7	205	42.5	204	42.2	204
153	43.9	208	43.6	207	43.3	207	43.0	206	42.7	205
154	44.5	209	44.2	209	43.9	208	43.6	207	43.3	206
155	45.0	211	44.7	210	44.4	209	44.1	208	43.8	208
156	45.6	212	45.3	211	45.0	211	44.7	210	44.4	209
157	46.2	214	45.9	213	45.6	212	45.3	211	45.0	210
158	46.8	215	46.5	214	46.2	213	45.9	213	45.6	212
159	47.4	216	47.1	215	46.8	215	46.5	214	46.1	213
160	48.0	218	47.7	217	47.4	216	47.0	215	46.7	214
161	48.6	219	48.3	218	48.0	217	47.6	217	47.3	216
162	49.2	220	48.9	220	48.6	219	48.2	218	47.9	217
163	49.8	222	49.5	221	49.2	220	48.8	219	48.5	218
164	50.4	223	50.1	222	49.8	221	49.4	221	49.1	220
165	51.0	224	50.7	224	50.4	223	50.0	222	49.7	221
166	51.7	226	51.3	225	51.0	224	50.6	223	50.3	222
167	52.3	227	51.9	226	51.6	225	51.2	225	50.9	224
168	52.9	228	52.6	228	52.2	227	51.9	226	51.5	225
169	53.6	230	53.2	229	52.8	228	52.5	227	52.1	226
170	54.2	231	53.8	230	53.5	230	53.1	229	52.7	228
171	54.8	233	54.5	232	54.1	231	53.7	230	53.4	229
172	55.5	234	55.1	233	54.7	232	54.4	231	54.0	230
173	56.1	235	55.7	234	55.4	234	55.0	233	54.6	232
174	56.8	237	56.4	236	56.0	235	55.6	234	55.3	233
175	57.4	238	57.0	237	56.7	236	56.3	235	55.9	235
176	58.1	239	57.7	238	57.3	238	56.9	237	56.5	236
177	58.7	241	58.4	240	58.0	239	57.6	238	57.2	237
178	59.4	242	59.0	241	58.6	240	58.2	239	57.8	239
179	60.1	243	59.7	243	59.3	242	58.9	241	58.5	240
180	60.8	245	60.3	244	59.9	243	59.5	242	59.1	241
181	61.4	246	61.0	245	60.6	244	60.2	243	59.8	243
182	62.1	248	61.7	247	61.3	246	60.9	245	60.5	244
183	62.8	249	62.4	248	62.0	247	61.5	246	61.1	245
184	63.5	250	63.1	249	62.6	248	62.2	247	61.8	247
185	64.2	252	63.7	251	63.3	250	62.9	249	62.5	248
186	64.9	253	64.4	252	64.0	251	63.6	250	63.1	249
187	65.6	254	65.1	253	64.7	252	64.3	252	63.8	251
188	66.3	256	65.8	255	65.4	254	64.9	253	64.5	252
189	67.0	257	66.5	256	66.1	255	65.6	254	65.2	253
190	67.7	258	67.2	257	66.8	257	66.3	256	65.9	255
191	68.4	260	67.9	259	67.5	258	67.0	257	66.6	256
192	69.1	261	68.7	260	68.2	259	67.7	258	67.3	257
193	69.8	262	69.4	262	68.9	261	68.4	260	68.0	259
194	70.6	264	70.1	263	69.6	262	69.2	261	68.7	260
195	71.3	265	70.8	264	70.3	263	69.9	262	69.4	261
196	72.0	267	71.5	266	71.1	265	70.6	264	70.1	263
197	72.8	268	72.3	267	71.8	266	71.3	265	70.8	264
198	73.5	269	73.0	268	72.5	267	72.0	266	71.5	265
199	74.3	271	73.8	270	73.3	269	72.8	268	72.3	267
200	75.0	272	74.5	271	74.0	270	73.5	269	73.0	268

Article 1.2.1.2: Precision of the Profile Width

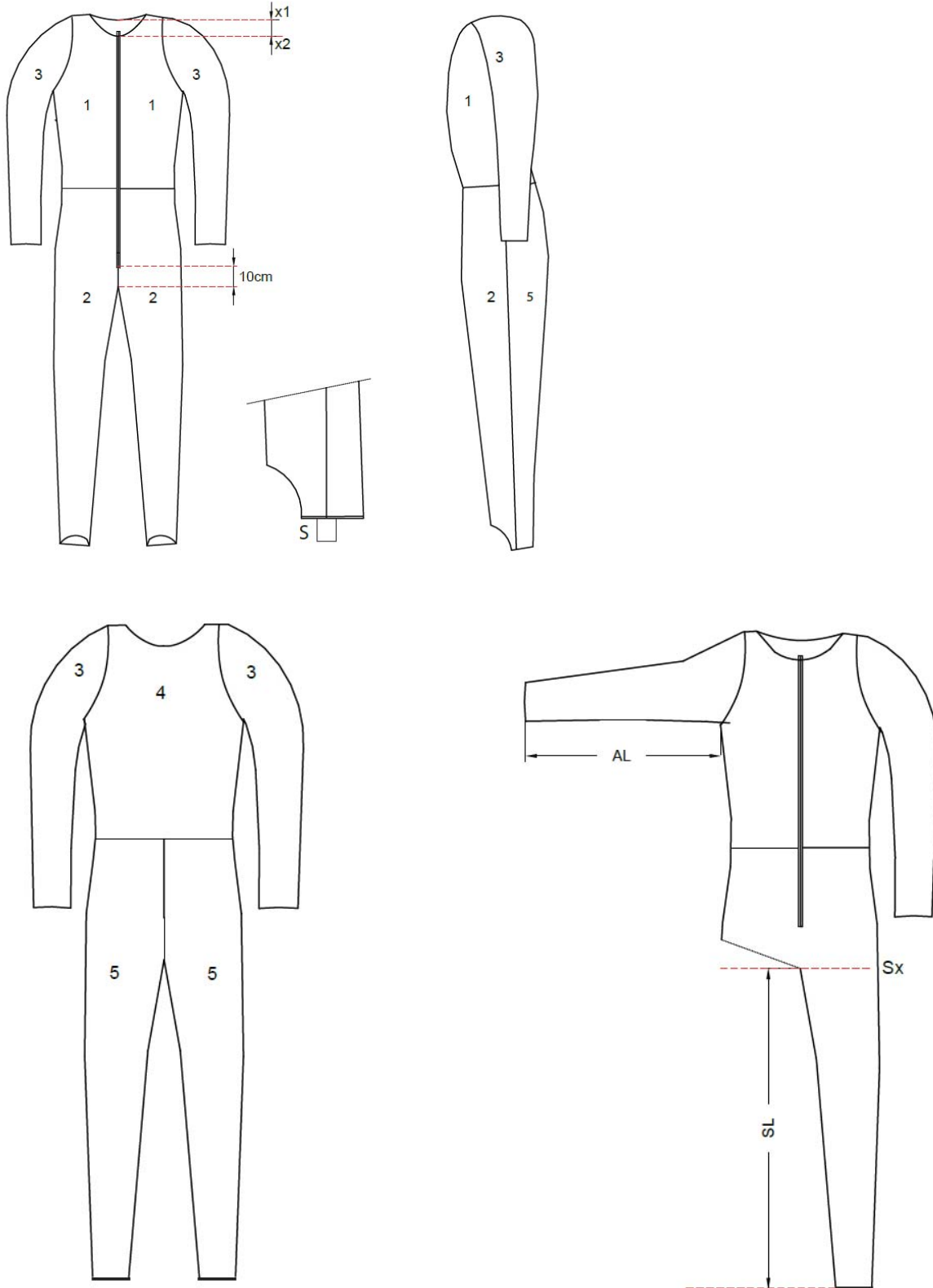
L	Ski length
a	max. width at front portion = 115 mm
b	max. width at 57% of front portion (f) = 105 mm
c	max. width at tail portion = 115 mm
d	max. length between tip and begin of sidecut = 300 mm
e	max. length between tail and begin of sidecut = 150 mm
f	control point of b



Ski Jumping Suits for Men

Standardized measuring control points and number of parts of material of which the suits consist

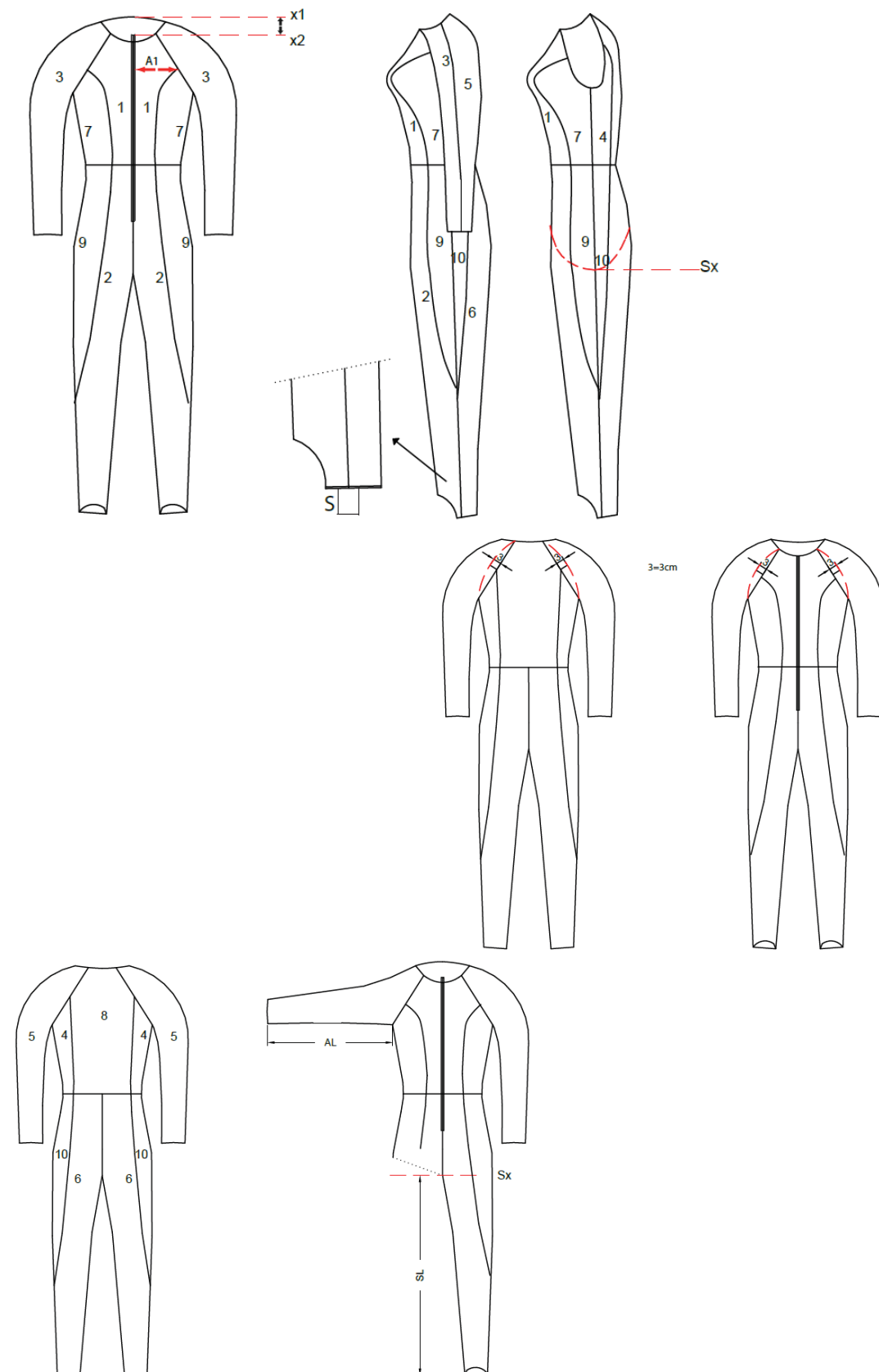
Valid is the image 1.1b (men) dated 11.06.2012



Ski Jumping Suits for Ladies

Standardized measuring control points and number of parts of material of which the suits consist

Valid is the image 1.3b (ladies) dated 11.06.2012





Tabellen zur Berechnung von Punkten und Differenzzeiten für LANGLAUF, SPRUNGLAUF und Nord. KOMBINATION

Die Punktedifferenz zwischen den einzelnen Wettkämpfern und dem Sieger des Kombinationsspringens wird in eine Zeitdifferenz für den nachfolgenden LL umgerechnet. Die Berechnung hängt von der jeweiligen Streckenlänge im LL ab und wird entsprechend der folgenden Tabellen durchgeführt:

LL-Strecke km	Punkte pro		Differenzzeit Umrechnungsfaktoren	
	Minute	Sekunde	Multiplikator	Divisor
1	37	0,6167	0,6167	1,6216
2	31	0,5167	0,5167	1,9355
3	25	0,4167	0,4167	2,4000
4	22	0,3667	0,3667	2,7273
5	19	0,3167	0,3167	3,1579
6	17,8	0,2967	0,2967	3,3708
7	16,6	0,2767	0,2767	3,6145
7,5	16	0,2667	0,2667	3,7500
8	15,4	0,2567	0,2567	3,8961
9	14,2	0,2367	0,2367	4,2254
10	13	0,2167	0,2167	4,6154
15	10	0,1667	0,1667	6,0000
20	7	0,1167	0,1167	8,5714
4 x 5	9	0,1500	0,1500	6,6667
3 x 5	13	0,2167	0,2167	4,6154
Team 15	14	0,2333	0,2333	4,2857

Die Berechnung einer Kombination eines ALPIN- und LL-Bewerbes (Beispiel siehe nächste Seite) sollte die Streckenlänge im LL aufgrund eines RSL (in Sekunden) lt. untenstehender Tabelle entsprechen.

LL(Km)	RSL (sec)
1	10,0 - 20,0
2	15,0 - 25,0
3	20,0 - 30,0
4	25,0 - 35,0
5	30,0 - 40,0
6	35,0 - 45,0
7	40,0 - 50,0
7,5	42,5 - 52,5
8	45,0 - 55,0
9	50,0 - 60,0
10	55,0 - 65,0
15	80,0 - 90,0

Der Meterwert wird nach dem K-Punkt der Schanze berechnet. Ein Sprung auf die Weite des K-Punktes ergibt 60 Punkte als Weitenote. Jeder Meter weiter ergibt eine bessere Weitenote als 60 Punkte, jeder Meter kürzer eine schlechtere.

Zusatz: Für alle Bewerbe mit 1 Sprung und anschl. LL, gilt ab Jugend:

10 Km Strecke:	1 Min. = 15 Punkte	dh. 1 Min = 4,0	Sek/Pkt
5 Km Strecke:	1 Min. = 15 Punkte	dh. 1 Min = 4,0	Sek/Pkt
2 x 7,5 Strecke:	1 Min. = 30 Punkte	dh. 1 Min = 2,0	Sek/Pkt
4 x 5 Km Strecke:	1 Min. = 45 Punkte	dh. 1 Min = 1,3333	Sek/Pkt

Spezialsprunglauf				
K-Punkte Weite:			Meterwert	
bis	19	m	3,8	
20	-	24	m	3,6
25	-	29	m	3,4
30	-	34	m	3,2
35	-	39	m	3,0
40	-	49	m	2,8
50	-	59	m	2,6
60	-	69	m	2,4
70	-	79	m	2,2
80	-	99	m	2,0
ab	100	m	1,8	
ab	-	170	m	1,2

Kombinationssprunglauf				
K-Punkte Weite:			Meterwert	
bis	19	m	3,8	
20	-	24	m	3,6
25	-	29	m	3,4
30	-	34	m	3,2
35	-	39	m	3,0
40	-	49	m	2,8
50	-	59	m	2,6
60	-	74	m	2,4
75	-	99	m	2,0
ab	100	m	1,8	

Minuten von Differenzzeiten sind immer in Sekunden umzurechnen:

z.B.: 2:27,1 Minuten = 147,1 Sekunden

Beispiele für die Berechnung von Punkten oder Differenzzeiten:

Differenzzeit : Divisor/Strecke = Punkte Punkte x Divisor/Strecke = Differenzzeit
 30,2 Sek. : 3,6145 / 7 km = 8,36 8,36 x 3,6145 / 7 km = 30,2 Sek.



Berechnung einer KOMBINATION bestehend aus einem ALPIN- und einem LANGLAUF-Wettkampf

Die Berechnung eines Kombinations-Wettkampfes, bestehend aus einem Alpinbewerb (der Austragung eines RSL ist dabei der Vorzug einzuräumen) und einem Langlaufbewerb kann nach nachstehenden Richtlinien erfolgen:

- Berechnung der Punkte alpin: Hier erfolgt die Berechnung genau gleich wie bei einem ÖSV-Punktewettkampf mit den jeweils gültigen F-Werten.
- Berechnung der Punkte im Langlauf: die Bestzeit jeder Laufstrecke (in km) dient für die Berechnung als Grundlage. Von der entsprechenden Laufzeit dieser Strecke wird die Bestzeit subtrahiert, wobei die Zeiten jeweils nur in Sekunden (z.B.: 1:22,3 Min = 82,3 Sek.) in Anwendung zu bringen sind. Diese Zeitdifferenz wird dann mit den nachstehenden Faktoren multipliziert und es ergeben sich daraus die LL-Punkte für diesen Kombinationsbewerb.

BEACHTE: Sowohl im Alpinbereich als auch im LL-Bewerb erhält die Bestzeit auf jeden Fall immer die Note 0.

Nachstehend ein Beispiel, gerechnet mit dem gültigen RSL F-Wert 890 und dem LL-Faktor von 0,2167 für einen 10 km Lauf.

F-WERT für RSL = 890 Multiplikationsfaktor für
10 km = 0,2167

Rang	Wett-kämpfer	Laufzeit	RSL Punkte
1	D	53,67	0,00
2	J	56,34	44,28
3	B	57,29	60,03
4	E	58,19	74,95
5	I	58,68	83,08
6	G	59,99	104,80
7	F	60,12	106,96
8	C	62,14	140,46
9	H	64,48	179,26
10	A	68,90	252,56

Rang	Wett-kämpfer	Laufzeit		LL Punkte	Sekunden Differenz	Laufzeit in Sekunden
		Min.	Sek.			
1	G	23	:23,7	0,00	0,0	1 403,7
2	F	23	:50,3	5,76	26,6	1 430,3
3	A	24	:08,9	9,79	45,2	1 448,9
4	D	24	:48,8	18,44	85,1	1 488,8
5	J	25	:19,7	25,14	116,0	1 519,7
6	H	25	:59,6	33,78	155,9	1 559,6
7	B	29	:57,2	85,27	393,5	1 797,2
8	E	33	:05,3	126,03	581,6	1 985,3
9	C	36	:39,6	172,47	795,9	2 199,6
10	I	41	:16,7	232,52	1 073,0	2 476,7

Kombinationswertung:

Errechnet aus den beiden oben angeführten Bewerben RSL und 10 km LL

LL Rang	Wett-Kämpfer	Laufzeit		Laufzeit in Sekunden	LL-Punkte	RSL Punkte	Gesamt	
		Min.	Sek.				Punkte	Rang
4	D	24	:48,8	1 488,80	18,44	0,00	18,44	1
5	J	25	:19,7	1 519,70	25,14	44,28	69,42	2
1	G	23	:23,7	1 403,70	0,00	104,80	104,80	3
2	F	23	:50,3	1 430,30	5,76	106,96	112,72	4
7	B	29	:57,2	1 797,20	85,27	60,03	145,30	5
8	E	33	:05,3	1 985,30	126,03	74,95	200,98	6
6	H	25	:59,6	1 559,60	33,78	179,26	213,04	7
3	A	24	:08,9	1 448,90	9,79	252,56	262,35	8
9	C	36	:39,6	2 199,60	172,47	140,46	312,93	9
10	I	41	:16,7	2 476,70	232,52	83,08	315,60	10

Die Umrechnungsfaktoren für LL wurden mittels PC genau ermittelt.

Ausrüstungsbestimmungen: Nordisch



	Sturzhelm	Anmerkung
SPRUNGLAUF	Alle *)	
LANGLAUF/BIATHLON	Alle *)	Nur für Inlineskating Rollerblades und Skiroller

***) Slalom- oder Fahrradhelme gelten nicht als Sturzhelme im Sinne dieser Bestimmungen. (Ausnahme Langlaufbewerbe/Biathlonbewerbe.)**

Zusätzlich für Sprunglauf:

Kinder, Schüler und Jugendliche

Für WettkämpferInnen sind bei Sprungbewerben Sprungskier zu verwenden.

Die WettkämpferInnen und Vorspringer sind verpflichtet, folgende Wettkampfausrüstung zu verwenden:

1.) Die Verwendung von FIS konformen Sturzhelmen, die der neuesten FIS Norm entsprechen und ohne Veränderung und Anpassungen eingesetzt werden ist bei allen Sprungwettkämpfen verpflichtend. Zudem darf kein zusätzliches Element/Ausrüstungsteil auf der der Helmoberfläche fixiert werden!

Ausnahme: Für die Schüler- und Kinderklassen wird die Verwendung von FIS konformen Sturzhelmen empfohlen.

2.) Für alle Körpergrößen gilt die BMI-Tabelle des FIS-Reglement

Die max. Skilänge = siehe Masstabelle für Körpergrößen und Skilängen für Kinder- und Schülerklassen.

Die maximale Vorderskilänge beträgt 57% der betreffenden Skilänge (siehe Masstabellen im ÖWO - Zusatz)

Die Bindungsmontage hat daher so zu erfolgen, dass diese Werte eingehalten werden.

3.) Das mindest Skigewicht beträgt: Länge in cm ist gleich dag

(z.B. Länge = 200 cm, muss Mindestgewicht mindestens 200 dag haben)

4.) Die max. Stoffdicke des Sprunganzuges darf 6mm nicht über- und 4mm nicht unterschreiten.

5.) Die Verwendung von Handschuhen ist bei allen Sprungwettkämpfen verpflichtend. Handschuhe bieten Schutz vor Witterungseinflüssen und äußeren Kräften.

Folgende Empfehlung ergeht bereits für die Saison 2014 - 2015:

Rückenschutz - Definition

Der am Rücken zu tragende Rückenschutz ist ein Zusatzgerät, das den Rücken der Athleten gegen äußere Gewalteinflüsse schützt.

Beschaffung des Rückenschutzes

Das Material besteht aus besonders flexiblen, viscoelastischem Weichschaum mit hervorragenden Schlagdämpfungswerten nach CE EN1621-2:2014 mit vorgegebener Form (siehe Foto),

Der Rückenschutz muss bei aufrechter Haltung dem anatomischen Krümmungsverlauf der Wirbelsäule entsprechen und am Körper flächig aufliegen.

Die maximale Größe und Dicke muss den Schutzklassen (Level 1 oder 2) entsprechen.

Die Dicke hat sich zu den Rändern des Rückenschutzes hin zu verringern.

Jede Verformung zur Erzielung von besseren aerodynamischen Eigenschaften ist verboten. Diese

Der Rückenschutz muss sich herausnehmbar in einer adäquaten Tragetasche befinden.

Diese ist integrierter Bestandteil eines Unteranzuges.

Größe der Protektoren

		120 - 140 cm
S	für Körpergröße	135 - 155 cm
M		150 - 170 cm
ML		165 - 185 cm
L		180 - 205 cm
XL		



Biathlon: Siehe dazu die Ausrüstungsvorschriften in der ÖWO.

**Berechtigungsblatt
für
Sprunglaufveranstaltungen**



Name _____

Der Wettkämpfer der Kinder- oder Schülerklasse ist lt. ÖWO Kap. I/7.4 berechtigt, bei Sprungveranstaltungen, in der nächst höheren ausgeschriebenen Klasse (von ihrer/seiner Klasse ausgehend) zu starten.

Geburtsdatum _____

Verein _____

ÖSV-Mitglieds-Nr. _____

Das Berechtigungsblatt ist als Kopie der Nennung beizulegen und muss beim Wettkampf auf verlangen dem CHKR vorgezeigt werden.

Saison /

WG/2005

Unterschrift und Stempel
des Sportwartes oder Referenten des LSV