



## Tikkahiihdon säännöt: 3.11.12/ STURL hallitus

- 1 § Tikkahiihdossa hiihtomatka on 6 km. M-70, M-15 ja N15 -sarjoissa hiihtomatka on kuitenkin 4,5km, jolla käytetään 6 km:n pistetaulukkoa. Hiihtotapa on perinteinen tai vapaa.
- 2 § Kaikilla hiihtomatoilla heitetään 3 x 10 tikkaa kilpailun järjestäjän päättämässä kohdissa kuitenkin niin, että ensimmäinen heittokerta on aikaisintaan yhden (1) kilometrin päässä lähdöstä.
- 3 § Heittojen osalta noudatetaan tikkajuoksun sääntöjä.
- 4 § Tuloksen kirjaamisen osalta noudatetaan tikkajuoksun 4 §:ää.
- 5 § Tikkaa heitetään sukset jalassa. Suksen etuosa saa ylittää heittorajan, joka merkitään heittoalustaan nauhalla tms. tavalla. Heittoa haittaavia asusteita kilpailija saa riisua heittojen ajaksi ja asettaa suksen alle lipsumisen estämiseksi. Järjestäjä voi käyttää mattoa heittoalustana.
- 6 § Kilpailijan tulos saadaan lisäämällä heittopisteet hiihdon taulukkopisteisiin (liite). Tasapisteiden sattuessa noudatetaan tikkajuoksun 5 §:ää.
- 7 § Hiihtoaika otetaan yhden sekunnin tarkkuudella. Mahdollinen odotusaika heittopaikalla vähennetään hiihtoajasta.
- 8 § Heittopaikalla kilpailija valitsee minkä tahansa vapaan heittoradan.
- 9 § Tikkahiihdon ikäsarjat ovat samat kuin tikkajuoksussa.
- 10 § **Tikkahiihtoviestissä** noudatetaan tikkajuoksun sääntöjen 9 §:ää.
- 11 § Hiihdettävä matka on 6-9 km. Heittorata määräytyy joukkueen kilpailunumeron perusteella.
- 12 § Kukin joukkueen jäsen heittää hiihdon loppupuolella olevalla heittopaikalla kymmenellä (10) tikalla, joista viisi (5) tikkaa on osuttava vähintään seiskan (7) renkaaseen. Ellei taulusta löydy vaadittuja osumia, viestinviejä saa sakkoaikaa 30 sekuntia kutakin puuttuvaa tikkaa kohti.  
Kilpailun järjestäjän tulee käyttää taulun taustalevyyn kiinnitettyä STURL:n mallin mukaista korttia, josta ilmenevät erikseen kunkin viestinviejän sakkojen määrät.
- 13 § Viestin vaihdon ja lopputuloksen osalta noudatetaan tikkajuoksun sääntöjen 12 ja 13 §:iä.