

SKI-ALPINISME

Evolutions des règlements fédéraux pour la saison 2025-2026

Conseil d'administration le 20 septembre 2025

Excepté le point AAA, les modifications ici présentées sont issues de l'évolution des règlements ISMF.

Code couleur : surligné en vert = **ajouté** / surligné en rouge = **supprimé**

A - REGLES DU JEU

AA	<p>1 Tableau des caractéristiques des épreuves</p> <p>Description de l'Individuelle</p> <p>[Ajout ISMF]</p> <p>La course Individuelle est un parcours long, technique se déroulant hors piste autant que possible. Portes ou chicanes ne doivent pas être utilisées pour les trajectoires, seulement pour la direction à suivre (canalisation) ou la sécurité (faire ralentir).</p> <p>Minimum de 3 montées et descentes sur des pentes de montagne.</p> <p>Le parcours présente au minimum 3 et au maximum 7 montées/descentes.</p> <p>La plus longue ascension ne doit pas dépasser 50% de la dénivelée totale.</p> <p>Au moins 85% de distance totale doit être réalisé skis aux pieds.</p> <p>Pour les Seniors, la durée du parcours doit être de 1h15 minimum pour les vainqueurs, sauf adaptation du parcours due aux conditions nivo-météo.</p>
AAA	<p>1 Tableau des caractéristiques des épreuves</p> <p>Description de l'Individuelle</p> <p>[proposition FFME pour les épreuves promotionnelles plus longues en individuelle]</p> <p>Dénivelées</p> <p>Senior H : 1300 à 1700 2100 m</p> <p>Senior F : 1150 à 1500 2100 m</p>
AB	<p>3. Matériels et équipements</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Matériels et équipements</p> <p>Le matériel listé ci-dessous est exigé pour toutes les compétitions FFME.</p> <p>L'athlète est responsable de son matériel</p>

	Equipement de Protection Individuel (EPI)	Matériel technique (hors EPI)	Autre
Equipements concernés	Casque, crampons, baudrier, DVA, kit via ferrata, corde dynamique, mousquetons, lunettes.	Skis, fixations, chaussures, pelle, sonde, couverture de survie, sac à dos, sifflet, peaux, frontale, gants.	Vêtements
Production	doit obligatoirement être produit par un fabricant qui : - Est enregistré à une chambre de commerce et de l'industrie - Peut produire un reçu de TVA du pays d'origine - A une assurance responsabilité civile qui couvre l'utilisation de l'équipement en Ski Alpinisme.		Pas d'exigence
Norme	Le matériel de sécurité noté doit être estampillé CE et UIAA ou conforme à la réglementation européenne ou internationale en vigueur	Conforme au règlement FFME	Conforme au règlement FFME
Modification	sans aucune modification sauf celles autorisées par le fabricant dans la notice d'information livrée avec le matériel. L'athlète doit avoir l'autorisation écrite avec lui et présentée au jury si demandé.	Des ajustements mineurs, n'affectant pas l'intégrité structurelle de l'équipement et/ou ne compromettant pas la sécurité de l'athlète ou de celle des autres participants, peuvent être réalisés. Si une modification impacte la structure du matériel ou compromet la sécurité de l'athlète ou des autres participants, une autorisation écrite du fabricant doit être produite. En cas de modification du système de verrouillage montée/descente de la chaussure, une autorisation écrite du fabricant est obligatoire.	Peut être modifié.

Tout matériel utilisé par les athlètes prenant part à une épreuve FFME
Le matériel de sécurité noté doit être estampillé CE et UIAA ou conforme à la réglementation européenne en vigueur, sans aucune modification sauf celles autorisées par le fabricant dans la notice d'information livrée avec le matériel. Matériels concernés : Skis, fixations, chaussures, crampons, baudrier, casque, DVA, pelle, sonde, couverture de survie, kit via ferrata, corde dynamique, mousquetons.

Pour les autres matériels, l'athlète est responsable de son matériel. Si un athlète modifie son matériel, la modification ne doit pas affecter la solidité de l'équipement ni compromettre la sécurité pour lui ou les autres athlètes.

Le président du jury ou un arbitre du jury peuvent refuser tout équipement jugé défectueux ou inadéquat.

Le non-respect de ces règles est sanctionné par des pénalités, décrites dans le chapitre Pénalités.

Il est formellement interdit de changer de matériel en cours de parcours à l'exception :

- D'un ou plusieurs bâtons cassés (changement possible à tout endroit du parcours).
- D'un ou plusieurs ensemble(s) ski-fixation cassés (changement possible dans les zones autorisées par le jury).

AC

3.1.1 Matériel obligatoire
Vêtements haut de corps

	<p>[Suivant ISMF]</p> <p>Trois couches à la taille de l'athlète :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 couche de corps à manches longues ou courtes en fonction du choix de l'athlète sauf si le jury impose un type de vêtement. Dans le sac à dos si non portée sur soi. - 1 combinaison de ski à manches longues ou une deuxième couche manches longues 1 coupe-vent à manches longues. Dans le sac à dos si non portée sur soi. <p>Les athlètes doivent porter une combinaison de ski à manches longues ou une couche à manches longues, conçue pour couvrir les bras jusqu'aux poignets. Les manches peuvent être retroussées, mais doivent néanmoins couvrir les bras jusqu'aux coudes inclus. Il s'agit de la couche obligatoire.</p> <p>De plus, les couches suivantes pour le haut du corps peuvent être requises en fonction des conditions météorologiques. Le jury de course décidera si chacune d'elles doit être portée, transportée dans le sac à dos ou non :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Couche supplémentaire A (couche de base) : <ul style="list-style-type: none"> • Une première couche (manches longues, courtes ou sans manches). - Couche supplémentaire B (couche extérieure) : <ul style="list-style-type: none"> • Une veste coupe-vent à manches longues, de taille appropriée pour s'adapter aux autres couches. <p>Vêtements bas de corps</p> <p>Deux couches à jambes longues et à la taille de l'athlète</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 combinaison de ski ou un pantalon porté à tous moments - 1 sur-pantalon coupe-vent respirant dans le sac à dos si non portée sur soi (le jury peut imposer de le porter sur soi)
AD	<p>4.2.1 Le départ</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <ul style="list-style-type: none"> - Etape 1 : Le contrôle des DVA commence 10 à 15 minutes avant l'heure de départ officielle. - Etape 2 : Les athlètes placés en premières lignes doivent les rejoindre 5 minutes avant le départ au plus tard. - Etape 3 : Le speaker annonce « 2 minutes avant le départ » - Etape 4 : Le speaker demande le silence 12 secondes avant le départ. Sur la première ligne, les skis ne doivent pas empiéter sur la ligne de départ; doivent rester totalement derrière la ligne de départ. - Etape 5 : Le président de jury starter annonce « A vos marques » (ISMF : « Take your marks »), environ 4 secondes avant le départ. Les athlètes doivent rester stationnés à leur place, le jury vérifie que les skis n'empiètent pas sur la ligne de départ. - Etape 6 : Sprint et relai uniquement : Le président de jury annonce « Prêt » (ISMF : « Set »), environ 1 à 2 secondes avant le départ. Les athlètes doivent alors rester sans mouvement à leur position. Les athlètes doivent rester stationnés à leur place, sans changer de position depuis la commande « Prêt ».

	<p>- Etape 7 : Le départ est donné, coup de pistolet ou sifflet.</p> <p>Un faux départ est appliqué quand (au moins) un ski dépasse la ligne de départ entre la commande « Prêt » et le signal du départ.</p>
AE	<p>4.2.2.3 Comportement pendant la course 4. Passage entre deux portes ou à un point de passage [Suivant ISMF]</p> <p>S'il y a une porte (deux banderoles constituées de deux paires de bâtons avec une bannière de couleur identique) sur le parcours (à la montée ou à la descente) les athlètes doivent passer entre les deux banderoles.</p> <p>Si un athlète rate une porte, l'erreur ne peut être corrigée que si :</p> <p>a- l'athlète n'a pas encore franchi la ligne de porte de la porte suivante ; et</p> <p>b- la progression vers la porte manquée ne gêne pas les autres athlètes.</p> <p>L'athlète doit alors revenir à la porte manquée ; franchir la porte dans le sens du virage, dans l'ordre et la direction définis par la piste.</p>
AF	<p>4.2.2.3 Comportement pendant la course 5. Parties à pied [Suivant ISMF]</p> <p>Le portage des skis doit se faire obligatoirement avec les 2 points de fixations du sac à dos prévus à cet effet (les skis doivent rester dans le dos de l'athlète et ne peuvent être portés entre la bretelle et le dos). Dans le cas où un ski se détache, l'athlète doit s'arrêter et ré-attacher le/skis. Si les crampons sont obligatoires dans cette partie à pied, dans le cas où un crampon se détache, l'athlète doit s'arrêter et ré-attacher le crampon immédiatement.</p> <p>Le Jury de course peut décider dans certaines circonstances que les skis peuvent être portés à la main, cette décision est communiquée dans le briefing.</p>
AG	<p>4.2.2.3 Comportement pendant la course 6. Zone de transition [Suivant ISMF]</p> <p>A. Les athlètes doivent passer dans chacune des zones de transition présentes sur le parcours.</p> <p>B. Une zone de transition est marquée par une ligne d'entrée et une ligne de sortie, de préférence de couleur bleue. Si un autre type de marquage est utilisé il doit être indiqué au briefing de course.</p> <p>C. Les bords de la zone sont délimités par un marquage (fanions, ruban...) de la couleur de la zone à venir (exemple : rouge pour annoncer une descente).</p>

	<p>D. Les athlètes doivent réaliser l'intégralité de la manipulation de transition dans la zone, Seuls l'attache ou le détachement des dragonnes ainsi que l'actionnement du blocage arrière de la fixation peuvent être réalisés en dehors de la zone de transition.</p> <p>E. Les lignes d'entrée et de sortie font partie de la zone de transition. Pendant la réalisation de la manipulation, une pénalité sera appliquée si un ski au sol et attaché à la chaussure, ou une partie de l'athlète touche la neige à tout endroit en dehors de la zone de transition.</p> <p>F. Avant de commencer la manipulation de transition, les bâtons de ski doivent être posés sur la neige ou le sol, à proximité de l'athlète. L'athlète peut commencer sa manipulation de transition quand ses mains sont libres des bâtons. Il n'est pas permis de lancer les bâtons avant de s'être arrêté. Les bâtons ne peuvent pas être repris pendant que l'athlète réalise sa manipulation de transition. L'athlète doit prendre ses bâtons avant de quitter la zone de transition. L'athlète peut bouger ses bâtons pendant la manipulation pour les ramener près de lui.</p> <p>G. L'athlète doit rester à la même place entre le début et la fin de sa manipulation.</p> <p>H. L'athlète est considéré en dehors de la zone de transition quand ses skis sont complètement en dehors de la ligne de sortie. Si l'athlète doit bouger ses bâtons durant la manipulation (pour les ramener vers lui par exemple) il doit arrêter sa manipulation et bouger ses bâtons. Arrêter sa manipulation signifie ne plus rien avoir dans les mains excepté le/les bâtons. L'athlète ne peut pas continuer la manipulation avant d'avoir reposé le/les bâtons au sol. Cela s'applique quand l'athlète retire/pose/range/sort les peaux ou les crampons, met ou retire les skis du sac à dos. L'athlète doit prendre ses bâtons à la fin de sa manipulation de transition. Si inopportunément un autre athlète interfère avec ses bâtons ou si un bâton est cassé, l'athlète peut continuer sans l'un des/les bâtons.</p> <p>I. Situation particulière : A cause de la rapidité d'exécution de la manipulation, il est possible qu'un athlète fasse une erreur comme ne pas fixer correctement sa fixation avant, fermer une chaussure, perdre une peau etc. L'athlète doit corriger cela et finir correctement sa manipulation pour continuer la course. Si cette erreur est détectée dans la zone de transition l'athlète doit poser ses bâtons au sol avant de commencer la nouvelle partie de manipulation.</p> <p>Si un athlète rencontre un problème avec son matériel (mauvais clipage, mauvaise verrouillage...), l'athlète peut corriger cela : si un ski est toujours en contact avec la zone de transition, cette correction doit se faire comme une manipulation en zone, c'est-à-dire en posant les bâtons jusque la fin de la manipulation.</p>
AH	<p>4.2.2.3 Comportement pendant la course</p> <p>7. Peaux</p> <p>[Suivant ISMF]</p>

	<p>Les peaux doivent être « rangées en sécurité » à l'intérieur de la combinaison de course ou du sac à dos de l'athlète lorsqu'elles ne sont pas utilisées sur les skis ou lors des manipulations.</p> <p>Les peaux considérées comme rangées ne peuvent pas dépasser de la combinaison de course ou du sac à dos à l'exception du système d'attache.</p> <p>Les manipulations des peaux ne sont autorisées que dans les zones de transition et pendant la montée afin de les ranger différemment.</p> <p>Définition de « rangé » :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les peaux peuvent rester partiellement visibles, mais doivent être clairement insérées ou rangées à l'intérieur de la combinaison ou du sac à dos. - Les peaux ne doivent pas être portées dans les mains de l'athlète, sauf lors d'une manipulation active. - Les peaux ne doivent pas être placées ailleurs que dans la combinaison ou le sac à dos de l'athlète. - Dans les courses par équipes, un athlète peut ranger les peaux de son coéquipier dans sa propre combinaison ou son sac à dos si nécessaire.
AI	<p>4.2.3 L'arrivée</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Dans le cas d'une arrivée en montée ou à faible vitesse : Deux lignes d'arrivée sont matérialisées au sol. La première est la ligne où est réalisé le chronométrage des athlètes. Une seconde ligne, au moins 3 mètres plus loin indique la zone à partir de laquelle les athlètes peuvent s'arrêter. Ceci afin de ne pas perturber les arrivées et le chronométrage sur la ligne de référence.</p>
AJ	<p>4.3.3 Règles spécifiques aux épreuves de sprint Déroulement des phases finales – Ligne de départ</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Le choix du couloir de départ est réalisé par l'athlète ayant réalisé le meilleur temps au tour précédent. Puis le second meilleur classé, puis le troisième etc...</p> <p>Position sur la ligne de départ : selon le classement de la phase précédente (ou selon l'ordre des dossards si il n'y a qu'une seule phase). Les athlètes se positionnent de gauche à droite en regardant la montée, dans l'ordre suivant : 5^{ème}, 3^{ème}, 1^{er}, 2^{ème}, 4^{ème}, 6^{ème}.</p>
AK	<p>4.4.11 Règles spécifiques aux épreuves de relais Finale</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Les équipes prennent place sur la ligne de départ en choisissant leur position en fonction du temps de référence de l'équipe réalisé en qualification, le meilleur temps choisissant en premier son emplacement.</p> <p>En cas d'absence de qualification, c'est l'ordre des dossards qui importe.</p> <p>Position sur la ligne de départ : selon le classement de la phase précédente (ou selon l'ordre des dossards si il n'y a qu'une seule phase). Les athlètes se positionnent de gauche à droite en regardant la montée, dans l'ordre suivant : 5^{ème}, 3^{ème}, 1^{er}, 2^{ème}, 4^{ème}, 6^{ème}. Même</p>

	<p>logique sur la seconde ligne : 11-9-7-8-10-12</p>
AL	<p>4.4.13 Règles spécifiques aux épreuves de relais Equipe rattrapée (overlap)</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Le jury peut décider de réduire les risques de collision ou de gêne en neutralisant les athlètes/équipes qui se font rattraper (un tour complet de retard). Est considérée comme équipe rattrapée (Overlapped) une équipe qui ne dispose plus d'aucune plateforme de changement libre entre elle-même et le leader de la course. Une équipe rattrapée sera stoppée et mise à l'écart du circuit par le Jury, là où elle se trouve. La ou les équipes rattrapée (IRM : LAP) seront classées en fin de classement. Si plusieurs équipes sont concernées leur classement dépendra de leur position au dernier pointage intermédiaire (temps ou simple pointage) de leur position relative au moment de leur arrêt.</p>
AM	<p>4.4.14 Règles spécifiques aux épreuves de relais Zone technique</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Le jury peut décider d'installer une Zone Technique après la première zone de transition de remise des peaux.</p>
AN	<p>5.2.2 Tableau des pénalités</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Les pénalités de type A2 et apparenté, en sprint et relais : 1 minute 30 secondes</p> <p>Les pénalités de type A3 et apparentée , en sprint et relais : 10 secondes 3 secondes</p> <p>B4 : En cas d'équipement cassé, une petite réparation peut être acceptée par le Président de jury</p>
AO	<p>5.4 Résultats en cas d'arrêt de course</p> <p>[Suivant ISMF]</p> <p>Le président de jury de la course déterminera le(s) point(s) de contrôle servant à établir le classement.</p> <p>Le classement se fera suivant l'ordre et le temps de passage au dernier point de contrôle où sont passés les premiers athlètes. Les athlètes n'ayant pas passé ce point de contrôle seront classés en fonction de leur ordre et temps de passage au dernier point de contrôle où ils sont passés.</p> <p>En cas d'arrêt d'une course, le classement final sera établi en fonction du dernier point intermédiaire (PI) atteint par chaque athlète.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si tous les athlètes n'atteignent pas le même PI, le classement sera déterminé en regroupant les athlètes selon le PI le plus avancé atteint par chacun. - Au sein de chaque groupe, les athlètes seront classés selon : <ul style="list-style-type: none"> • le temps aux points de chronométrage intermédiaires (ITP) (si le chronométrage est disponible), ou • l'ordre de passage au point de contrôle (si seul l'ordre est enregistré). <p>Définitions :</p>

	<p>- Un point intermédiaire (PI) désigne tout point enregistré sur le parcours.</p> <p>- Un point de chronométrage intermédiaire (ITP) désigne un PI avec chronométrage officiel.</p> <p>Classement :</p> <p>1) Regrouper les athlètes en fonction du PI le plus éloigné atteint.</p> <p>2) Classer chaque groupe :</p> <p>- Par temps total (si à un ITP), incluant toute pénalité encourue avant l'arrêt.</p> <p>- Par ordre d'arrivée (si point de contrôle uniquement), les pénalités ne sont pas prises en compte, sauf si elles entraînent une disqualification (DSQ).</p> <p>Pénalités :</p> <p>- Pour les ITP : toutes les pénalités encourues avant l'arrêt de l'athlète seront ajoutées au temps enregistré à l'ITP.</p> <p>- Pour les points de contrôle : les pénalités ne sont pas prises en compte, sauf si elles entraînent une disqualification.</p> <p>Abandons :</p> <p>- Les athlètes ayant abandonné avant l'arrêt seront considérés comme DNF.</p> <p>Autorité du Jury:</p> <p>- Le Jury évaluera si le classement obtenu est équitable et valable pour la Coupe de France et le classement national</p> <p>Spécificité de l'épreuve de sprint :</p> <p>En cas d'arrêt d'une course de sprint :</p> <p>- Les résultats seront basés sur la dernière phase terminée (par exemple, qualifications, quarts de finale ou demi-finales).</p> <p>- Les athlètes seront classés selon les règles de départage de la dernière phase terminée :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Premier par place, • Puis par temps, • Si nécessaire, en utilisant les résultats de la phase précédente.
--	--

REGLES D' ORGANISATION :

BA	<p>4.1.6.1.1 Caractéristiques techniques des épreuves de sprint</p> <p>[Ajout ISMF]</p> <p>Le nombre total de diamants est de 4 à 6 ajustés selon le terrain. Les diamants sont groupés selon différents modèles : 2+2 ou 2+3 ou 3+2 ou 2+2+2 avec une « power zone » d'au moins 10 mètres linéaires entre chaque</p>
----	--

	groupe. Pour le relais mixte, le premier diamant doit être au moins 10 mètres linéaires après la sortie de la zone de transition.
--	---

Pour toute information complémentaire : o.mansiot@ffme.fr