

3. juni 2022

Hvordan skal sko-reglene praktiseres?

1. Innledning

I 2020 kom det nye regler fra World Athletics om hvilke sko som kan benyttes i forskjellige øvelser. Reglene har blitt endret flere ganger, siste gang 22. desember 2021, som trådte i kraft 1. januar 2022.

Den viktigste endringen som trådte i kraft 1. januar 2022 gjelder arrangørens kontroll av sko som i praksis innebærer at sko-skjemaene¹ som utøverne tidligere har måttet fylle ut, særlig ved mesterskap og større stevner, erstattes av en tilfeldig kontroll av enkelte utøveres sko.

Sko-reglene finner du på hjemmesiden til World Athletics:

<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/book-of-rules>

En norsk oversettelse av sko-reglene er inntatt her:

<https://www.friidrett.no/aktivitet/dommerstoff/>

2. Anvendelsesområdet for sko-reglene

NFIF har bestemt at man i Norge skal følge de internasjonale konkurransereglene som fastsettes av World Athletics. Det betyr at også sko-reglene som utgangspunkt skal anvendes i alle konkurranser som avholdes av lag tilknyttet NFIF, med de begrensninger som er bestemt av World Athletics.

Sko-reglene skal ikke anvendes i konkurranser for barn og ungdom til og med 17-års klassen når disse deltar i konkurranser i sine respektive årsklasser².

For mosjonsløp utenfor bane kan arrangøren bestemme at konkurransereglene bare skal anvendes fullt ut for eliteutøvere og andre definerte grupper som f.eks. alderskategorier hvor det er premier for plassering. Dette vil også gjelde sko-reglene.

¹ World Athletics har laget et sko-skjema («Athlete Shoe Declaration Form – Sample») som (unntaksvis) kan benyttes: (se «Manuals & Guidelines»):

<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>.

² Når ungdom til og med 17-års klassen deltar i konkurranser for seniorer, U23 og U20 (18/19-årsklassen) gjelder sko-reglene også for disse, slik at alle utøverne har like konkurransevilkår.

Sko-reglene gjelder ikke i konkurranser for veteraner. Resultater oppnådd i slike konkurranser vil ikke tas med i ordinær statistikk og vil heller ikke kunne benyttes som kvalifisering til NM, med mindre arrangøren foretar slik kontroll av utøvernes sko som beskrevet i punkt 5.

For alle andre konkurranser som arrangeres av lag tilsluttet NFIF gjelder sko-reglene.

3. Maksimale såleytykkelser

Frem til og med 31. oktober 2024 gjelder følgende maksimale såleytykkelser:

Øvelse	Maksimal tykkelse på sålen	Merknad
Tekniske øvelser (unntatt tresteg)	20mm	Gjelder alle kastøvelser og vertikale og horisontale hoppøvelser unntatt tresteg.
Tresteg	25mm	
Løpsøvelser (inkludert hekkeløp) opp til, men ikke inkludert 800m	20mm	
Løpsøvelser fra 800m og lenger (inkludert hinderløp)	25mm	For kappgang på bane gjelder samme maksimale tykkelse på sålen som for gateløp.
Terrengløp	25mm piggsko eller 40 mm sko uten pigger	
Gateløp (løp og kappgang)	40mm	
Fjelløp og Ultraløp («Trail»)	Alle tykkelser	

Ny skosåleytykkelse tabell – gjeldende fra 1. november 2024

Øvelse	Maksimal tykkelse på sålen	Merknad
Løpsøvelser (inkludert hekkeløp og hinderløp)	20mm (med eller uten pigger)	For kappgang på bane gjelder samme maksimale tykkelse på sålen som for gateløp.
Tekniske øvelser	20mm (med eller uten pigger)	
Gateløp (løp og kappgang)	40mm	
Terrengløp	25mm piggsko eller 40 mm sko uten pigger	
Fjelløp og Ultraløp («Trail»)	Alle tykkelser	

4. World Athletics liste over godkjente sko

World Athletics har laget en liste over sko («World Athletics Shoe Compliance List») som kan/ikke kan benyttes i ulike øvelser. Listen oppdateres jevnlig (se «Manuals & Guidelines»): <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>

5. Arrangørens kontroll av sko

Ved alle konkurranser for seniorer, U23 og U20 (18/19-årsklassen) skal arrangøren kontrollere at utøvernes sko er i henhold til konkurransereglene.

World Athletics skrev blant annet følgende i en pressemelding 23. desember 2021 i forbindelse med presentasjonen av den siste regelendringen:

A more flexible compliance process for athletic shoes to make checking compliance more practical and efficient depending on the nature of the event. Greater emphasis will be placed on conducting post-race spot checks through the introduction of shoe control procedures and a shoe control officer role. There will be some events (e.g. major marathons) where pre-event declarations will continue.

En slik skokontroll vil i de fleste tilfelle foretas blant et tilfeldig utvalg av utøvere etter at øvelsen er ferdig.

Ved mesterskap og større stevner hvor det benyttes Call Room vil det kunne være praktisk å gjennomføre skokontroll blant et tilfeldig utvalg av utøvere før øvelsesstart i Call Room³.

I begge tilfeller skjer skokontrollen ved å sjekke om utøverens sko står på World Athletics liste over godkjente sko for den aktuelle øvelsen, og om det er foretatt noen ikke-godkjente tilpasninger av skoen.

³ Ved Bislett Games 2022 gjennomføres skokontrollen i Call Room blant et tilfeldig utvalg av utøvere, etter avtale med Teknisk delegat fra World Athletics, og hvor det nedtegnes følgende informasjon: (i) utøverens navn, (ii) merke, modell og størrelse på skoen, (iii) bekreftelse på at skoen står på World Athletics liste over godkjente sko for den aktuelle øvelsen og (iv) tas det et bilde av skoen.