



# Manual Banhasning



FIS ALPINE WORLD  
SKI CHAMPIONSHIPS  
3-18 FEBRUARY  
SWEDEN

**ÅRE**  
2007

PRESENTED BY

**Carlsberg**

Box 2007, SE-830 13 Åre  
Tel +46 (0)647 61 2007  
Fax +46 (0)647 6 2007 9



# Manual

## Banhasning



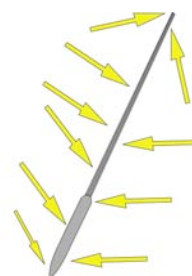
Box 2007, SE-830 13 Åre  
Tel +46 (0)647 61 2007  
Fax +46 (0)647 6 2007 9

Att vara banhasare är en mycket viktig uppgift för att skapa fina förhållanden för de tävlande. En väl fungerande haspatrull kan innebära att startnummer 70 har lika bra förutsättningar som startnummer 1.

För den enskilde hasaren kan det vara svårt att inse vad han eller hon egentligen åstadkommer, men när man ser effekten av 50 personer som har gjort en rätt utförd hasning, är resultatet fantastisk. Hasningen är mycket viktig för att skapa rättvisa förhållanden i alpin skidåkning.

För den som inte är insatt kan uppgiften hasning, vara både lätt och enkel, men om något gör skäl för ordspråket "Det finns många prylar på ett spett" så är det banhasning.

Vi kommer här att gå igenom hasningens hemligheter, ett antal begrepp och uttryck som kommer att användas under Alpina VM i Åre.



### **Banhasningens syfte**

- Att iordningsställa banan för tävling, så att underlaget är slätt och fritt från lössnö och snövallar som kan hindra åkaren under sitt åk.
- Att hålla underlaget så slätt som möjligt genom hela tävlingen
- Att få bort den snö som åkarna river loss under sitt åk

### **Samordning**

Då effekten av hasning är beroende på att man är många som åstadkommer lite, är samordning och disciplin i gruppen av största vikt.

Som hasare kommer du att få direktiv från tävlingsledningen via din haschef eller dennes assistent. Under en tävlingsdag kan du få många olika direktiv beroende på hur underlaget utvecklas under tävling.

### **Några begrepp**

#### **Spåret/Linjen**

Spåret och linjen är i det här fallet ofta synonymt med varandra. Spåret är det spår/märke som finns i snö efter åkarens skidor. Då eliten nästan alltid åker i mer eller mindre samma spår så kallar man det även för Linjen (åklinjen). Det finns dock undantag när vissa åkare väljer ett annorlunda linjeval än de andra och att man som hasare måste följa spåret som den senaste åkaren åkt för att hasa det och inte följa den vanligaste linjen.

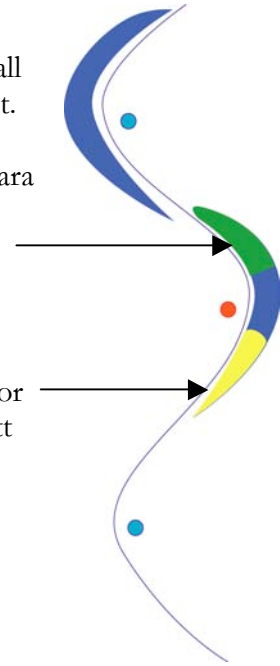


## Vall

Den snön som rivs upp av åkaren genom svängen lägger sig i en liten vall längs spåret. Vallarna har två delar som kan komma att benämnas speciellt.

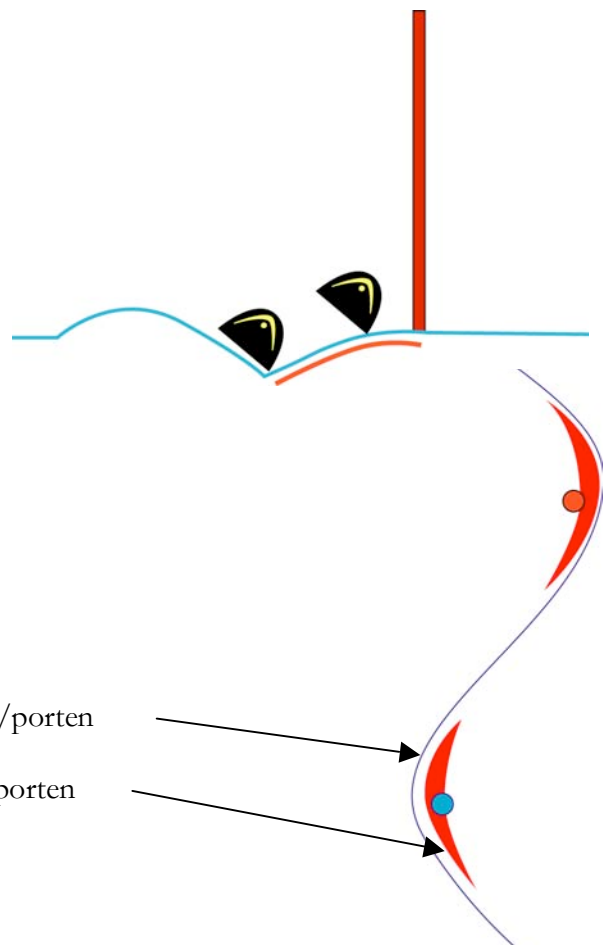
Ingångsvall (grön) som bildas där åkaren börjar svängen och som kan vara lite besvärlig att knuffa undan då den ligger i uppförsbacke. Ingångsvall bildas gärna om ingången i en sväng är lite tvär.

Utgångsvall (gul) som är mot slutet av svängen om svängen har extra stor belastning där. Förekommer t ex då svängen är på skrå och i slutet av ett brantare parti.



## Frånlut

Efter många åkare har det ofta bildats gropar där spåren gått. Själva spåret/gropen ligger en bit ut från källan och det innebär att innerkanten av gropen har en sluttande vägg in mot källan. Denna sluttande vägg, frånlutet, är ett störande moment för åkare då han/hon får en oönskad nivåskillnad mellan inner- och ytterskidans underlag.



Frånlutet delas upp i två delar.

- Ingångsfrånlut som är ovanför källan/porten
- Utgångsfrånlut som är nedan källan/porten

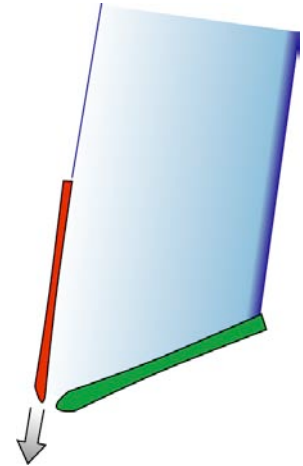
## Ploga

Hasningen sker genom att man åker med skidorna i plogställning. Ofta lägger man belastningen så att man får en större snöbortskjutande effekt åt ena hållet.



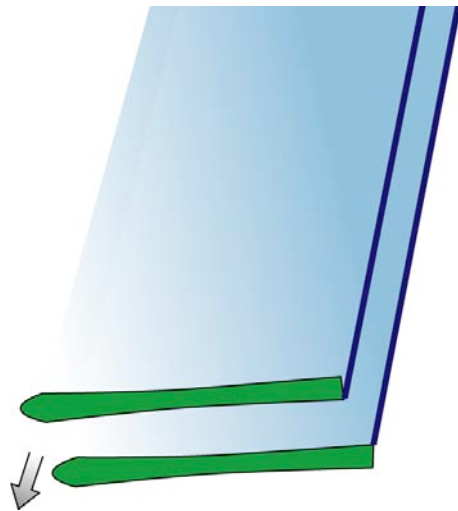
## Ploglås

Vid plogning sätter man en skida på kant (röd) så att den följer kanten och inte skrapar på underlaget medan den andra skidan (grön) skjuter snön åt sidan.



## Rutscha

Hasning sker genom att man tvärställer båda skidorna mer eller mindre mot åkriktningen. Med bl a kantvinklen på skidorna styr man vad man vill åstadkomma. Med god fart och mycket kantning kan man "hyvla bort" ojämnheter. Men moderat kantning kan man skjuta undan snö åt sidan och med lite kantning kan man "spackla ut" mindre mängder med lössnö så att det blir jämnt och snyggt.

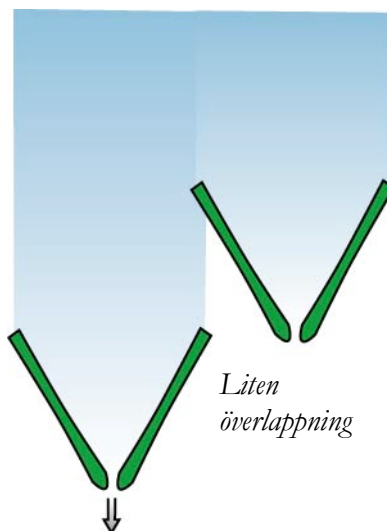


## Formationer

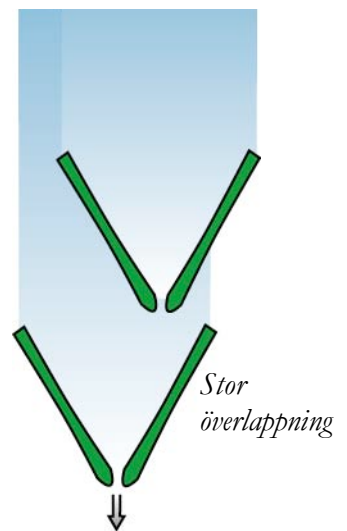
Då man ofta jobbar i grupper om minst 2 och upp till mer än 20 man så måste man använda sig av olika formationer för att nå största möjliga effekt. Det är mycket viktigt att formationerna håller ihop så att varje hasare har en anpassad överlappning av föregående hasares hasyta.

## Överlappning

När man plogar/rutschar i formation kan man ha mer eller mindre överlappning. Har man liten överlappning så ligger hasare 2 i formationen så att hans spår bara på en liten del är det samma som hasare 1's. Vid stor överlappning ligger hasare 2 nästan i samma spår som hasare 1 men med en liten förskjutning åt sidan.



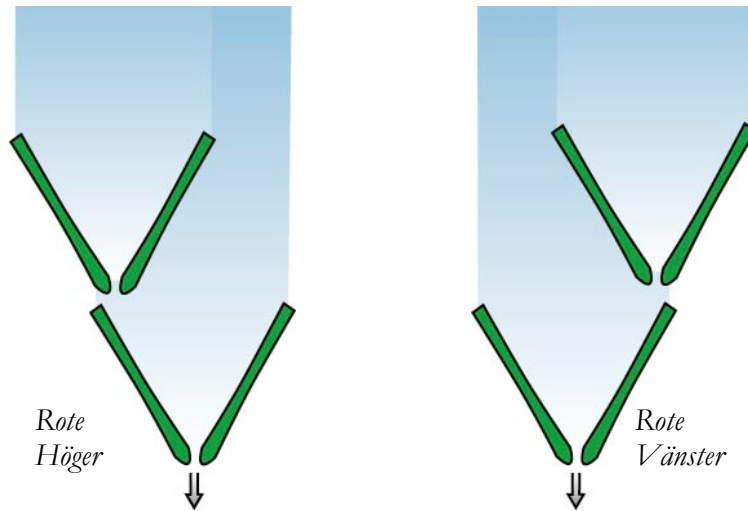
*Liten  
överlappning*



*Stor  
överlappning*

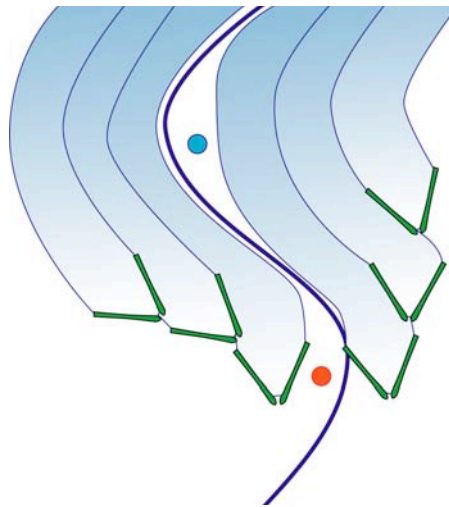
## Rote Höger/vänster

Hasare 1 ligger först och hasare 2 ligger snett bakom hasare 1 på höger eller vänster sida i åkriktningen och skall bibehålla den sidan hela tiden. Antalet hasare i varje grupp anges av den som leder hasningen



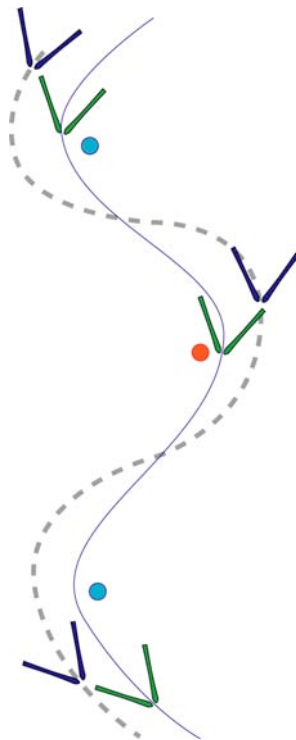
## Rote Ytterspår höger/vänster

I rote ytterspår så åker hasare 1 på höger sida om spåret och därmed kommer hasare 2 och vidare vara ytterligare längre ut på höger sida. Det innebär att hasarna kommer att hasa på insidan porten/käppen i varannan sväng.



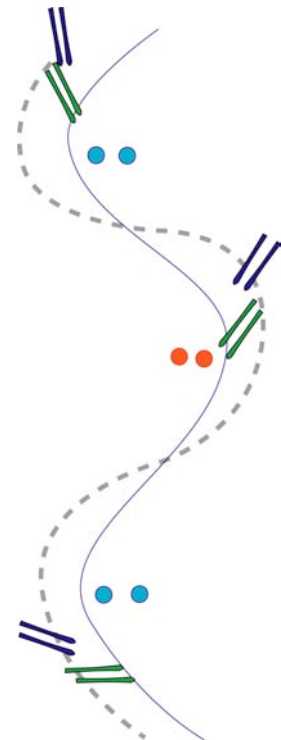
## Ploga linje i rote.

Är den vanligaste uppgiften under tävling. Hasare 1 plogar precis i utkanten av spåret och hasare 2 (blå) växlar mellan höger och vänster genom att hela tiden välja ytterkant i förhållande åklinjen.



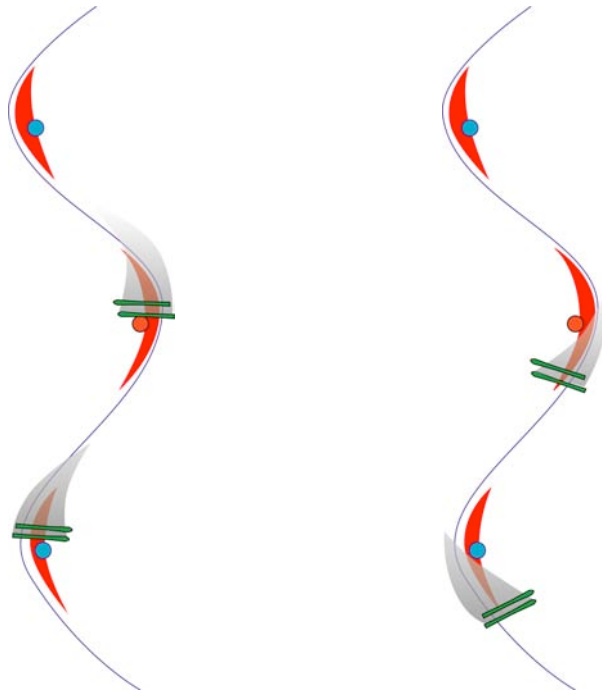
## Rutcha linje i rote

Se vänster, men att man rutschar istället för att ploga.



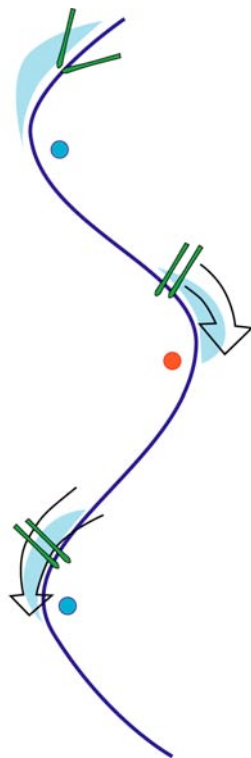
## Rutscha frånlut ovan alt nedan

Hasaren tar fart mot källpen och gör som ett hockeystopp mot källproten och skrapar på så sätt bort frånlutet på ovansidan av källpen. För att rutscha frånlut nedan, tar hasarna fart mot källpen svänger in bakom källpen och gör ett hockeystopp.



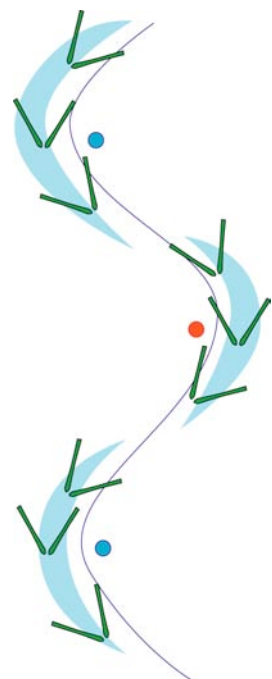
## Trycka ut ingångsvall

Hasaren tar fart mot ingångsvallen och plogar ut snön eller gör som ett hockeystopp som trycker ut snön.



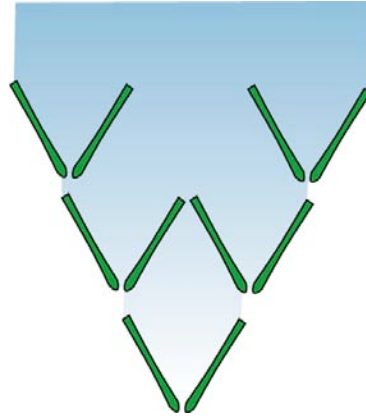
## Ploga/rutscha ut vall

Ibland kan en mycket markerad vall bildas i svängen och då kan flera hasare skickas iväg för att "ploga ut vällen". Då tar hasarna fart mot vällen och hasare 1 plogar ut vällen med ytterskidan. Hasare 2 ligger precis bakom och lägger sig så att han/hon fortsätter att trycka vällen utåt. Är vällen hård kan det bli så att hasarna ligger med mycket överlappning



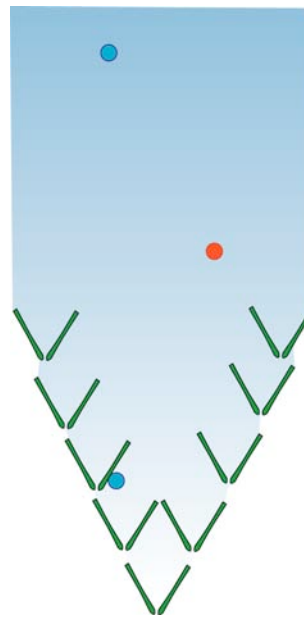
## Vinge

Hasare 1 ligger i mitten längst fram och hasare 2 och 3 ligger snett bakom på vardera sida.



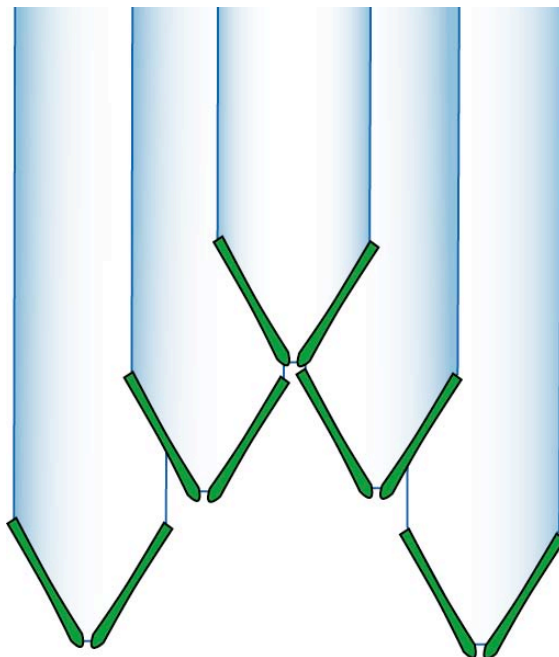
## Vinge rakt ner

Vingen går rakt ner i fallinjen/mittlinjen genom banan, man tar inte hänsyn till spåret.



## Omvänd vinge

En ovanlig formation som används bara då det är stora ytor med mycket snö som skall flyttas. De yttersta hasarna startar först och skjuter snön ut åt sidan. Den som kommer bakom skjuter ut sin snö där den föregående har plogat. Detta innebär att denna formation måste följas av flera formationer av samma typ



## Traversrutschning

Traversrutschning används när backen går på skrå, exempelvis efter olympiaflyget på herrarnas störtlopp.

Alla hasare ställer sig på ett långt led efter varandra, där första hasaren står där skråpartiet börjar.

Hasare 1 börjar att rutscha rakt ner i fallinjen och trycker snön ner mot nätet men stannar minst 2 m från nätet för att man skall kunna ta hand om snön med pistmaskin. (bild 1)

Hasare 2 åker fram så att han/hon kan rutscha ner och göra den avrutschade ytan bredare.

Viktigt är att man rutschar lite omlott så att det inte blir en snösträng mellan ytorna (bild 2).

Hasare 3 åker framför där hasare 2 har rutschat ner och rutschar precis som hasare 2 för att bredda ytan ytterligare. Hasare 4 o s v gör likadant.

Hasare 1 väntar en liten stund så att han kan klättra lätt uppför bort på skrå och ansluter efter den siste hasare i gruppen och kan då börja rutscha efter den siste. (bild 3 och 4)

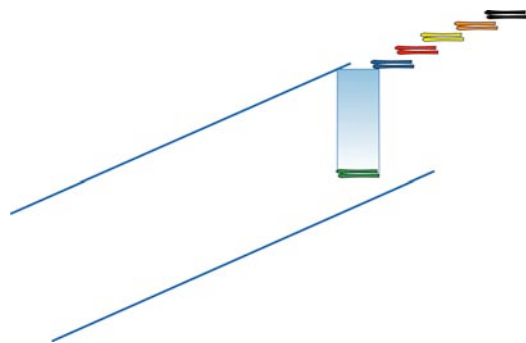


Bild 1

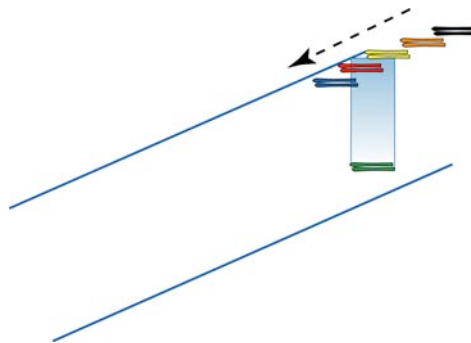


Bild 2

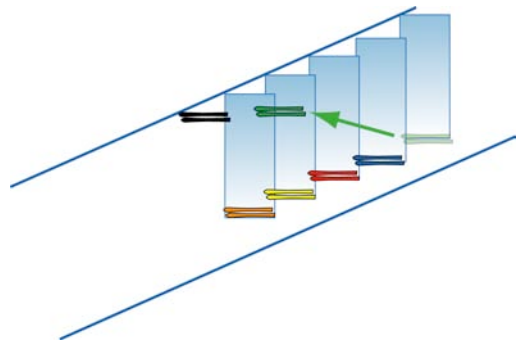


Bild 3

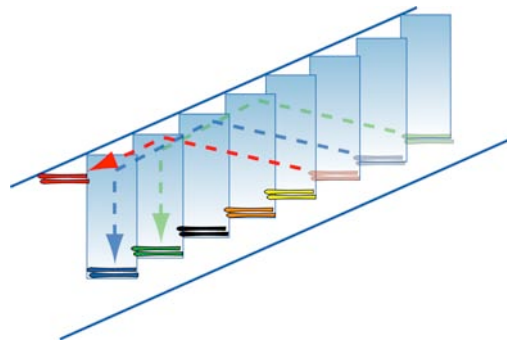


Bild 4

## Breddrutschning

Vid breddrutschning ställer alla hasare sig på ett långt led tvärs över backen. (bild 1)

Sedan börjar hasare 1 (gröna skidor) som står längst fram rutscha rakt ner i fallinjen.

Hasare 2 (blå) osv (bild 2) rutschar med viss överlappning på framförvarande hasares spår.

Viktigt är att hålla ihop så att inte avstånden mellan hasarna blir för stort för då är det lätt att tappa överlappningen.



Bild 1

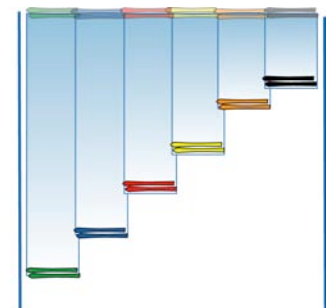


Bild 2



Om det är mycket snö, kan man vara tvungen att inte starta med första patrullen längst upp då det kan bli för mycket snö att transportera ner. Då får man dela upp backen på längden i två eller fler avsnitt. Första gruppen börjar breddrutscha nedersta delen (bild 1) och grupp 2 startar att rutscha en bit längre upp (bild 2) osv.



Bild 1

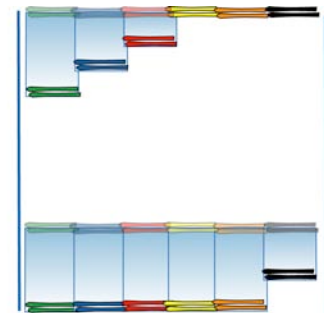


Bild 2

## **Fiffning**

Är ett samlingsbegrepp för att snygga till i banan. Efter att man plogat, rutschat och skottat banan kan det ligga små snövallar eller små snöklumpar som egentligen bara gör att det inte ser helt slätt och snyggt ut. Då kan man med plogningen eller rutschning på plana skidor ”spackla” ut snön så att det ser alldeles platt, slätt och snyggt ut. Fiffning skall alltid utföras när man bara transporterar sig ned i banan. Ser man en ojämnhet, skall man försöka fiffa bort den.

Om det har kommit ett tunt snölager kan man med lätthet fiffa ut det istället för att hasa bort det med snövallar som följd.

Med fiffning kan man också ”gömma” snö på platser där den inte gör skada men att det ändå ser ut som att backen är helt slät och hård överallt.

En välfiffad backe ser helt toppen ut både för alla i backen och TV publiken.

## **Rutschning i brant backe**

Om backen är brant så är det lätt att man sätter i kanterna för att hålla farten under kontroll. Det skrapar av onödigt mycket snö och dessutom finns risken att skidorna börjar studsas och då skapas slag tvärs över åklinjen vilket skall undvikas så långt det går. Detta innebär att i branta partier måste man våga rutscha på plana skidor och låta farten bli hög.

## **Hastighet vid rutschning**

Generellt gäller att ju högre hastighet man kommer med som rutschare ju bättre skjuter man bort snön. Samtidigt kan det vara svårt att orka hålla emot om det går för fort. Man får därför hitta den fart som har bäst effekt och att man ändå orkar knuffa snön åt sidan.

## **Undvik groparna**

Mitt under foten är belastningen som störst på skidan och där har man den bäst skrapande effekten. Om det har bildats gropar i banan skall man därför undvika att ploga eller rutscha i själva gropen då det bara gör gropen ännu större och djupare. Placera skidorna så du har foten mitt över den ojämnhet som sticker upp. D v s på ut- eller insidan av gropen.

## **Säkerhet**

Vid mycket snö gäller det att ha gott omdöme om hur mycket snö man orkar ploga undan. Det är lätt att det vrider till i knät om man blir övermodig.

Under tävling så gäller det att man snabbt hänger på efter den tävlande och sedan stannar på avsedda platser. Detta för att man inte skall vara i vägen för nästa tävlande eller i värsta fall bli påkörd. Platsen som är vald för haspatrullen att stanna på är också vald ur säkerhetssynpunkt.

Många gånger kan det bli så att man hasar fram till en viss punkt för att sedan få klättra tillbaka en bit upp till stopplatsen. Det beror på att när man startar att hasa igen kommer man in där man slutade och det gör att ingen del av banan blir ohasad.

Sist men inte minst skall man som hasare alltid ha ”ögon i nacken”. Håll kontinuerligt uppsikt bakåt .

## **För haschefer**

Haschefen och ev assistent har till uppgift att:

- Organisera och utbilda haspatruller för banpreparering före, under och efter tävling.
- I samråd med tävlingsledning och FIS Race Director ta beslut om hur hasningen skall organiseras.
- I samråd med tävlingsledning och FIS Race Director ta beslut om var hasarna skall ha sina stopplatser och tydligt märka ut dessa. Dessa platser skall haspatrullen ha genomgång på var de är innan tävling.
- Instruera haspatrullerna om vilken typ av hasning som skall genomföras i backen vid olika tillfällen.
- Ge klartecken till tävlingsledaren när alla är på plats inför tävling.
- Påtala för hasarna att det kan finnas många som uttrycker synpunkter längs banan men det är bara officiella funktionär som kan ge instruktioner om hur de skall utföra sin hasning.

Under tävling stå på start och ge haspatrullerna instruktion om hur tävlingsledningen önskar få hasningen utförd.

Man kan ha bilder på olika formationer inplastade och med sig i backen. Då kan man vid oklarhet visa bild på den formation man önskar att hasarna skall göra.