

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 43 (1986)

**Heft:** 11

**Rubrik:** Les 10 règles FIS

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 29.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Les 10 règles FIS

Fédération internationale de ski



## 1 Respect d'autrui

Tout skieur doit se comporter de telle manière qu'il ne puisse mettre autrui en danger ou lui porter préjudice.



## 2 Maîtrise de la vitesse et du comportement

Tout skieur doit adapter sa vitesse et son comportement à ses capacités personnelles ainsi qu'aux conditions générales du terrain et du temps.



## 3 Maîtrise de la direction

Le skieur amont, dont la position dominante permet le choix d'une trajectoire, doit prévoir une direction qui assure la sécurité du skieur aval.



## 4 Dépassement

Le dépassement peut s'effectuer par l'amont ou par l'aval, par la droite ou par la gauche, mais toujours de manière assez large pour prévenir les évolutions du skieur dépassé.



## 5 Obligation du skieur aval et croisement

Tout skieur qui pénètre sur une piste ou traverse un terrain d'exercice, doit s'assurer, par un examen de l'amont et de l'aval, qu'il peut le faire sans danger pour lui et pour autrui. Il en est de même après tout stationnement.



## 6 Stationnement

Tout skieur doit éviter de stationner sans nécessité sur les pistes et notamment dans les passages étroits ou sans visibilité. En cas de chute, le skieur doit dégager la piste le plus vite possible.

## 7 Montée

Le skieur qui monte ne peut utiliser que le bord de la piste, et il doit s'en écarter en cas de mauvaise visibilité. Il en est de même du skieur qui descend à pied.

## 8 Respect de la signalisation

Tout skieur doit respecter la signalisation.

## 9 En cas d'accident

En cas d'accident, toute personne doit prêter secours.

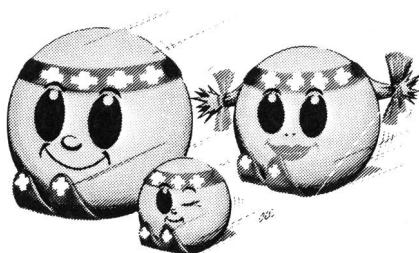
## 10 Identification

Toute personne témoin ou partie, responsable ou non d'un accident, est tenue de faire connaître son identité. ■

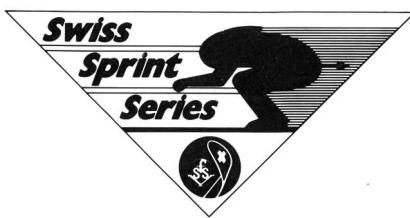
### Handicap et vitesse

Seule ou avec l'aide d'organisations privées, la Fédération suisse de ski organise, tout au long de l'hiver, une multitude de compétitions «pour tous»: une série de slaloms géants «handicap», formule mise au point par SWISS SPORT (Buchenrain 8, 4106 Therwil, tél. 061 73 34 91); les Swiss sprint series, qui désignent des épreuves de

vitesse conçues sur le modèle du «kilomètre lancé», mais adaptées à Monsieur Tout-le-Monde; les courses de ski



en famille; les descentes populaires, pour ne donner que quelques exemples. Pour en savoir plus, on s'adressera à la Fédération suisse de ski, Schosshaldenstrasse 32, 3006 Berne, téléphone 031 43 44 44. ■



### Centre de sports et de détente berner oberland Frutigen 800 m d'alt.

Information:  
Office du tourisme CH-Frutigen  
0 033 71 14 21

180 lits, un grand nombre de dortoirs de douze et six personnes. – Salles de séjour.

Installations de sports: piscine couverte et piscine à ciel ouvert, sauna, solarium, terrain de football, court de tennis, salle de musculation et de fitness, minigolf.

Sol synthétique pour: handball, basketball, volleyball et tennis.

Pension complète à partir de fr. 25.—.

Pour: camp de sport et de marche – camp de ski (centre de ski Elsigenalp-Metsch, 2100 m d'alt.)