

- Указанные два признака и определяют классификацию всех лыжных ходов, применяемых в лыжных гонках: попеременный двухшажный, попеременный четырехшажный, одновременный безшажный, одновременный двухшажный, одновременный трехшажный.
- Различают два варианта одновременного одношажного хода: основной и скоростной. Последний вариант хода иногда называют стартовым. Кроме этого, одновременный трёхфазный ход имеет две разновидности - с одновременным и попеременным выносом палок.