

Un évènement  
organisé par



# LAISSAC BIATHLON TRAIL Aveyron

DIMANCHE  
**19 Janvier 2025**

BIATRAIL **FORMAT SPRINT 3 KM**  
**ADULTES 9h30 + POURSUITE 5 KM**

EPREUVES  
**ENFANTS** 800M  
(2016-2018) 1500M  
(2014-2015)

BIATRAIL **FORMAT SPRINT 3 KM** (2012-2013)  
**JEUNES MASS START 5 KM** (2010-2011)

Infos et inscriptions en ligne >>> [biathlon-trail.fr](http://biathlon-trail.fr)



**DECATHLON**  
DIEPPE CHATEAU - ROLLET



## Qu'est ce que le Biathlon Trail ?

### Le Sprint : Comment ça se passe ?

Cette épreuve comprend, 3 tours de 1 km, intercalés avec deux séquences de tir (une couché et une debout). Pour chaque séquence de tir, vous aurez 40 secondes maximum pour tirer. Un minuteur vous indiquera le temps écoulé. Au delà de ce temps et pour chaque cible manquée, les concurrents doivent courir un tour de pénalité sur un anneau de 50 m immédiatement après la séquence de tir.

### Le Poursuite : Comment ça se passe ?

La poursuite est une course avec un départ par handicap d'après les résultats de la course sprint. Votre temps de course sur le format sprint déterminera l'ordre de départ de la poursuite. Cet ordre de départ est calculé en fonction des écarts chronométriques avec le meilleur chrono du sprint.

**Exemple :** Martin F. gagne le sprint avec un chrono de 25'00. Quentin F-M. réalise le sprint en 25'10 et Justine B. réalise le sprint en 25'12. Martin partira premier de la poursuite, Quentin partira 10 sec derrière lui et Justine 2 sec derrière Quentin (soit 12 sec derrière Martin).

Le vainqueur est le premier qui passe la ligne d'arrivée.

Sur cette Poursuite, il faudra réaliser 5 tours de 1 km, intercalés avec 4 séquences de tir (2 couchés et 2 debouts). Pour chaque séquence de tir, vous aurez 40 secondes maximum pour tirer. Un minuteur vous indiquera le temps écoulé. Au delà de ce temps et pour chaque cible manquée, les concurrents doivent courir un tour de pénalité sur l'anneau de 50 m immédiatement après avoir tirés.

### La mass start : Comment ça se passe ?

La mass start est une course de 5 tours de 1 km, intercalés de quatre séquences de tir (deux couché et deux debout). Pour chaque séquence de tir, vous aurez 40 secondes maximum pour tirer. Au delà de ce temps et pour chaque cible manquée, les concurrents doivent courir un tour de pénalité sur un anneau de 50m immédiatement après avoir tirés.

Tir à la carabine laser sur cibles. Un minuteur vous indiquera le temps écoulé à chaque séquence de tir.