

## Biathlon

Il biathlon prevede un abbinamento tra la competizione con gli sci di fondo ed una o più prove di tiro con carabine di piccolo calibro (cal. 22) o ad aria compressa (cal. 4,5).

Ha origine in ambienti militari in quanto unisce la prestazione sugli sci all'abilità "bellica" del tiro.

Le gare si svolgono in diverse modalità, che rendono questo sport spettacolare e appassionante:

**Individuale:** si svolge sulla distanza di 20 km per gli uomini e 15 per le donne. Prevede 4 serie di tiri (sequenza: a terra - in piedi - a terra - in piedi) e per ogni errore l'atleta viene penalizzato di 1 minuto.

**Sprint:** percorso di 10 km per gli uomini e 7,5 per le donne; le serie di tiri sono 2 (sequenza: a terra - in piedi) e ogni errore comporta una penalità scontata percorrendo un anello di pista di 150 metri (20 - 25 secondi).

**Inseguimento:** su un percorso di 12,5 km per gli uomini e 10 per le donne, gli atleti partono con i distacchi accumulati nella gara sprint; sono previste 4 serie di tiri (sequenza: a terra - a terra - in piedi - in piedi) e le penalità vengono scontate come nella gara sprint.

**In linea:** gli atleti partono tutti insieme. La distanza da percorrere è di 15 km per gli uomini e 12,5 per le donne. Le prove di tiro sono 4 (sequenza: a terra - a terra - in piedi - in piedi). Ogni errore determina una penalità di 150 metri.

**Staffetta:** è disputata da 4 atleti dello stesso sesso che devono percorrere una frazione di 7,5 km per gli uomini e 6 per le donne. Per ogni frazionista sono previste 2 prove di tiro (sequenza: a terra - in piedi) per le quali ha a disposizione 3 colpi di riserva per centrare 5 bersagli. La ricarica manuale impegna un tempo pari a circa 10 secondi. La gara si svolge con le stesse modalità della gara sprint.

**Staffetta mista:** è composta da 4 atleti, 2 uomini che percorrono 7,5 km e 2 donne che ne percorrono 6. Sono previste 2 prove di tiro (sequenza: a terra - in piedi) per ogni frazionista.

I bersagli sono posti a 50 metri; nel tiro a terra sono di 45 mm di diametro ed il centro è posto a 30 cm da terra mentre nel tiro in piedi il diametro è di 110 mm per un'altezza da terra di 80 cm.

Nel 1960 a Squaw Valley (USA) il biathlon diventa disciplina olimpica con la gara maschile dei 20 km. Nel 1968 a Grenoble (Francia) fu la volta della staffetta maschile 4 x 7,5 mentre la gara sprint fece il suo esordio ai giochi di Innsbruck (Austria) del 1980.

03/01/2014