

Konkurencje

Bieg indywidualny

Indywidualny bieg na 20 km mężczyzn i 15 km kobiet jest najstarszą biathlonową konkurencją. Zawodnicy oddają po 4 rundy strzałów, po dwa razy w każdej pozycji. Za każdy nietrafiony cel dodawana jest minuta kary. Podobnie jak w biegu sprinterskim zawodnicy startują w odstępach czasowych.

Bieg sprinterski

Bieg sprinterski w biathlonie rozgrywany jest na dystansie 10 km dla mężczyzn lub 7,5 km dla kobiet. Zawodnicy pojawiają się dwa razy na strzelnicy, gdzie oddają po 5 strzałów, raz w pozycji leżącej, raz w pozycji stojącej. Za każdy błąd muszą pokonać dodatkowe 150 m rundy karnej. Zawodnicy wypuszczani są do biegu w odstępach czasowych, zazwyczaj co 30 sekund. Gdy zawodnik nie trafi do celu i nie przejedzie za to rundy karnej zostają mu doliczone 2 minuty kary. Jest jedną z najczęściej rozgrywanych konkurencji biathlonowych.

Bieg pościgowy

W biegu pościgowym biathloniści startują zgodnie z różnicami czasowymi uzyskanymi we wcześniejszym wyścigu, najczęściej sprintu. Tym samym, zawodnik, który pierwszy przekroczy linię mety jest zwycięzcą tego biegu. Bieg pościgowy rozgrywany jest na dystansie 12,5 km dla mężczyzn i 10 km dla kobiet, każdy zawodnik wykonuje 4 strzelania (2 leżąc, 2 stojąc), a każdy błąd karany jest dodatkową rundą o długości 150 m.

Bieg ze startu wspólnego

W biegu ze startu wspólnego (*mass start*) wszyscy zawodnicy startują w tym samym czasie, co ogranicza liczbę zawodników, by uniknąć tłoku na strzelnicy. Bieg ten rozgrywany jest na dystansie 15 km dla mężczyzn i 12,5 km dla kobiet, każdy zawodnik wykonuje 4 strzelania (2 leżąc, 2 stojąc), za każdy błąd zawodnik musi pokonać karną rundę o długości 150 m. Podczas zawodów Pucharu Świata w biegu masowym startuje pierwsza trzydziestka klasyfikacji generalnej.

Bieg sztafetowy

W sztafecie startuje po czterech zawodników, z których każdy pokonuje 7,5 km (dla mężczyzn) i 6 km (dla kobiet) i oddaje dwie serie strzałów na strzelnicy, po jednej w każdej pozycji. Na każde pięć celów na strzelnicy zawodnik może wykorzystać aż 8 nabojów, z tym, że 3 ostatnie może doładować pojedynczo na strzelnicy. Dopiero jeżeli mimo użycia wszystkich nabojów pozostały nietrafione krążki, zawodnik musi wykonać karną rundę o długości 150 m za każdy błąd. Wszyscy zawodnicy z pierwszej zmiany startują w tym samym czasie. By dokonać ważnej zmiany zawodnik jednej zmiany musi dotknąć zawodnika kolejnej zmiany.

Bieg sztafetowy mieszany

W biegu sztafetowym mieszanym startuje po czterech zawodników (dwóch mężczyzn i dwie kobiety). Pierwsza zmiana (kobiety) startują tak jak w biegu ze startu wspólnego. Drugą zmianę również wykonują kobiety. Każda przebiega po 6 km. Następnie biegną

mężczyźni, przebiegają po 7,5 km. Najpierw oddają strzał na leżąco, a potem na stojąco. System strzelania (kary) u kobiet i mężczyzn taki jak w sztafetach.

Pojedyncza sztafeta mieszana

Analogicznie do sztafety mieszanej w konkurencji startują przedstawiciele obu płci. Jednakże w pojedynczej sztafecie mieszanej startuje po jednym zawodniku oraz zawodniczce. Łącznie kobieta przebiega 6 km zaś mężczyzna 7,5 km. Najpierw kobieta wykonuje dwie rundy po 1,5 km. Po każdej z nich odbywa się strzelanie, najpierw w pozycji leżącej później stojąc. Po drugim pobycie na strzelnicy i ewentualnym przebiegnięciu karnej/nych rund odbywa się zmiana i na trasę wyrusza mężczyzna, który ma do przebiegnięcia taki sam dystans jak kobieta. Po drugim strzelaniu mężczyzny odbywa się zmiana i ta sama kobieta, która biegła na początku, ponownie wyrusza na trasę. Podobnie jak przy pierwszej zmianie po dwóch pobytach na strzelnicy odbywa się zmiana i startuje ponownie mężczyzna, biegnący już wcześniej. Jednakże w przypadku drugiego startu, mężczyzna po drugim strzelaniu przebiega jeszcze jedną rundę biegową o długości 1,5 km.