



RÈGLEMENT DU BIATHLON RUNNING

Le présent règlement a été adopté par le Comité directeur de la fédération française de ski (FFS) le 13 avril 2026. Il est entré en vigueur le lendemain de sa publication sur le site internet de la fédération, soit le 16 avril 2026.

Article 1.	Champ d'application	1
CHAPITRE 1.	RÈGLES DE LA PRATIQUE DU BIATHLON RUNNING.....	2
Article 2.	Définition du biathlon running	2
Article 3.	Pratique du biathlon running	2
Article 4.	Course à pied.....	2
Article 5.	Tirs.....	2
CHAPITRE 2.	RÈGLES DES COMPÉTITIONS DE BIATHLON RUNNING	2
Article 6.	Conditions d'organisation	2
Article 7.	Conditions de participation	3
Article 8.	Format des courses	3
8.1.	Départ « contre la montre ».....	3
8.2.	Départ « mass start »	3
8.3.	Relais	4
Article 9.	Session de tir	5
Article 10.	Pénalités.....	5
Article 11.	Chronométrage et résultats	5
CHAPITRE 3.	RÈGLES DE SÉCURITÉ DU BIATHLON RUNNING.....	5
Article 12.	Règles d'implantation du site.....	5
Article 13.	Règles de signalisation du parcours de course à pied	6
Article 14.	Règles d'implantation du pas de tir	6
Article 15.	Règles de sécurité impératives lors de toute séance de tir.....	6
ANNEXE 1 – RÈGLES D'IMPLANTATION DU SITE		7
ANNEXE 2 – RÈGLES D'IMPLANTATION DU PAS DE TIR.....		8

Article 1. Champ d'application

Le présent règlement s'applique à la pratique, compétitive ou non, du biathlon running avec du tir laser ou optique.

Le biathlon running avec du tir à la carabine à plomb à 10 m ou à la carabine 22LR n'est pas soumis au présent règlement mais aux règles – plus strictes – applicables à la pratique du biathlon.



CHAPITRE 1. RÈGLES DE LA PRATIQUE DU BIATHLON RUNNING

Article 2. Définition du biathlon running

Le biathlon running consiste en la combinaison, en alternance, de la course à pied et du tir.

Article 3. Pratique du biathlon running

Le biathlon running peut être proposé par tout club affilié à la fédération française de Ski à toute personne titulaire d'une licence FFS ou d'un titre de participation valide.

Article 4. Course à pied

Le parcours de course à pied peut être réalisé sur piste, sur route ou sur chemins.

Article 5. Tirs

Seul le tir à la carabine laser ou optique est autorisé, en position couchée et/ou debout.

À l'entraînement comme en compétition, le tir ne peut être organisé que sur un pas de tir répondant aux exigences de sécurité prévues au Chapitre 3 du présent règlement.

CHAPITRE 2. RÈGLES DES COMPÉTITIONS DE BIATHLON RUNNING

Article 6. Conditions d'organisation

Des compétitions de biathlon running peuvent être organisées, en application du présent règlement, par tout club affilié, tout organe déconcentré, toute structure reconnue par la FFS ou par la fédération elle-même.

Ces compétitions sont reconnues comme des courses dites de promotion et doivent respecter le [Règlement des courses de promotion](#).

En fonction, les organisateurs doivent veiller au respect des dispositions légales et réglementaires relatives aux manifestations sportives sur la voie publique ne comportant pas la participation de véhicules à moteur (*art. R. 331-6 à R 331-17-2 du code du sport*).



Article 7. Conditions de participation

Seules peuvent participer aux compétitions de biathlon running organisées en application de l'Article 2, les personnes titulaires d'une licence FFS ou d'un *Pass biathlon running* en cours de validité.

Les catégories d'âge du biathlon running sont identiques à [celles définie pour le biathlon](#) (Règlement 5.a). Les changements de catégorie s'effectuent chaque année au 1^{er} juillet.

Jusqu'à la catégorie U13 inclus, les courses de biathlon running sont exclusivement mixtes.

Article 8. Format des courses

Les formats possibles sont les suivants :

- Départ « contre la montre »
- Départ « mass start »
- Relais

Quel que soit le format, les courses de biathlon running sont ouvertes à partir de la catégorie U11, selon les conditions suivantes :

	Distance maximum autorisée	Nombre de tirs maximum autorisés	Remarques
U11	1,5 km	2	Mixité obligatoire Format finisher
U13	3 km	2	Mixité obligatoire Format finisher
U15	5 km	4	Mixité possible Format classement ou finisher
U17	8 km	4	Mixité possible Format classement ou finisher
Au-dessus	20 km	4	Mixité possible Format classement ou finisher

Avant la catégorie U11, un format découverte sans chronomètre peut être proposé.

8.1. Départ « contre la montre »

En format départ « contre la montre », les départs se font les uns après les autres, à intervalles réguliers d'un minimum de 10 secondes, selon une course contre la montre. À l'issue de l'épreuve, le classement éventuel est établi selon le temps réalisé par chaque coureur pour réaliser le parcours donné, après prise en compte d'éventuelles pénalités mises en œuvre conformément à l'Article 10.

8.2. Départ « mass start »

En format départ « mass start », les départs se font en groupe dont le nombre de coureurs maximum est défini en fonction du nombre de cibles disponibles sur le pas de tir.



Les pénalités sont appliquées selon un format « tour de pénalité » ou « stop & go » définis à l'Article 10 ; les pénalités selon le format « blanchiment des cibles » peuvent également être autorisées mais uniquement si le nombre de participants ne dépasse pas le nombre de cibles.

À l'issue de l'épreuve, le classement éventuel est établi selon l'ordre d'arrivée de chaque coureur.

8.3. Relais

En format relais, un minimum de 2 coureurs par équipe se relayent en continu selon trois formats possibles :

- « Relais traditionnel » : chaque coureur de l'équipe effectue sa course (selon une alternance de course à pied et de tir) et donne le relais à un de ses co-équipiers, jusqu'au dernier co-équipier de son équipe.

Le départ s'effectue conformément à un format « départ mass start » ou un format départ « contre la montre » pour les premiers coureurs de chaque équipe. Les pénalités sont appliquées selon un format « tour de pénalité », « stop & go » ou éventuellement « blanchiment des cibles » définis à l'Article 10.

À l'issue de l'épreuve, le classement éventuel est établi selon l'ordre d'arrivée du dernier relayeur de chaque équipe (départ mass start) ou selon le temps réalisé par chaque équipe (départ « contre la montre »).

- « Relais à l'américaine » : chaque coureur de l'équipe enchaîne autant de fois qu'il le souhaite (ou un nombre de fois défini par l'organisateur) un tour de course à pied suivi d'une session de tir avant de passer le relais à un de ses co-équipiers, jusqu'à réalisation d'une distance globale définie par l'organisateur.

Un même coureur peut prendre plusieurs relais.

Le départ s'effectue conformément à un format « mass start » pour les premiers coureurs de chaque équipe. Les pénalités sont appliquées selon un format « tour de pénalité », « stop & go » ou éventuellement « blanchiment des cibles » définis à l'Article 10.

Au bout de la distance impartie, le classement éventuel est établi par ordre d'arrivée du coureur en course pour chaque équipe.

- « Relais à l'américaine à durée limitée » : chaque coureur de l'équipe enchaîne autant de fois qu'il le souhaite un tour de course à pied suivi d'une session de tir avant de passer le relais à un de ses co-équipiers, dans un temps imparti défini par l'organisateur.

Un même coureur peut prendre plusieurs relais.

Le départ s'effectue conformément à un format « mass start » pour les premiers coureurs de chaque équipe. Les pénalités sont appliquées selon un format « tour de pénalité », « stop & go » ou éventuellement « blanchiment des cibles » définis à l'Article 10.

Une fois le temps imparti écoulé, chaque coureur en course doit terminer le tour qu'il a commencé sans pouvoir en entamer de nouveau ni transmettre le relais à un partenaire. À l'issue de l'épreuve, le classement éventuel est établi par ordre d'arrivée du coureur en course de chaque équipe, selon le plus grand nombre de tours réalisé par chaque équipe.

Un même coureur ne peut faire partie de plusieurs équipes.



Article 9. Session de tir

Une session de tir implique de tenter d'atteindre 5 cibles à une distance de 10 mètres (minimum 8m).

Chaque organisateur peut décider du nombre de sessions de tir à effectuer, et dans quelle position, dans la limite de 4 (2 couché et 2 debout).

Article 10. Pénalités

Quel que soit le format de la course, tout échec au tir entraîne, au choix de l'organisateur, l'une des conséquences suivantes :

- Tir jusqu'à blanchiment complet : tir illimité sur les cibles jusqu'à atteindre les 5 cibles. Ce format est interdit sur les formats en départ « contre la montre » ou départ « mass start » à partir de U15.
- Un tour de pénalité à réaliser en course à pied (*distance à définir par l'organisateur, d'un maximum de 200 m*)
- L'ajout d'une pénalité chronométrique au temps final réalisé (*durée de la pénalité à définir par l'organisateur, d'un maximum de 2 minutes*)
- Stop & go : l'immobilisation du coureur en sortie de pas de tir (*pendant un temps à définir par l'organisateur, d'un maximum de 2 minutes*)

Article 11. Chronométrage et résultats

À partir de U11, les courses peuvent faire l'objet d'un chronométrage (*manuel ou par transpondeur*).

Pour les catégories U11 et U13, les résultats sont proclamés selon un format « finisher », avec un temps chronométré mais sans classement affiché.

Un chef d'épreuve et un chef de pas de tir, tous deux licenciés FFS, doivent être désignés par l'organisateur.

L'organisateur doit par ailleurs s'assurer d'avoir assez de personnes sur le site de compétition pour couvrir l'ensemble des secteurs suivants :
Départ/Chronométrage/Parcours/Pénalité/Arrivée/Secours/Logistique.

CHAPITRE 3. RÈGLES DE SÉCURITÉ DU BIATHLON RUNNING

Article 12. Règles d'implantation du site

Le site de compétition de biathlon running doit être implanté conformément au schéma produit en Annexe 1.



Article 13. Règles de signalisation du parcours de course à pied

Lorsque le parcours de course à pied ne se déroule pas dans un stade, il doit être impérativement signalé (panneaux directeurs, balisage...) de telle manière que les concurrents puissent le suivre sans difficulté quels que soient les lieux et les conditions dans lesquels ils se trouvent.

Les signalisations doivent être retirées dès la fin de la manifestation. Les matériaux utilisés ne doivent provoquer aucune nuisance. Les éventuelles peintures utilisées devront être de type « éphémère ».

Article 14. Règles d'implantation du pas de tir

Tout pas de tir de biathlon running, en compétition comme à l'entraînement, doit être implanté conformément au schéma produit en Annexe 2.

Notamment, l'organisateur doit obligatoirement s'assurer que :

- Le public ne peut stationner dans l'axe des cibles ;
- Si le public ou les coureurs passent dans l'axe des cibles, un fond de sécurité opaque doit être placé derrière les cibles ;
- La zone de tir doit être délimitée à gauche et à droite (afin que personne ne puisse franchir la ligne) ;
- Les règles de sécurité du pas de tir doivent être affichées sur le site de pratique.

Article 15. Règles de sécurité impératives lors de toute séance de tir

Le chef de pas de tir est responsable des règles de sécurité à respecter sur son pas de tir.

RÈGLES D'IMPLANTATION DU SITE

Implantation Pas de Tir

