

Disziplin Sommerbiathlon

Sommerbiathlon ist eine Kombination aus Laufen und Schießen. Einerseits sind beim Laufen Kraft und Gewandtheit gefordert, andererseits kommt es beim Schießen auf Konzentration und Selbstdisziplin an. Eine irrsinnige Kombination oder die neue Trendsportart? Zuerst läuft man sich die Lunge aus dem Hals und ist völlig aus der Puste und danach soll man mit ruhiger Hand das Gewehr halten können? - Gerade diese ungewöhnliche Kombination macht aber diesen Sport so interessant und publikumswirksam.

Ziel ist es, in möglichst schneller Zeit eine vorgegebene Strecke zurückzulegen, wobei die Strecke nach bestimmten Abständen durch Schießeinheiten unterbrochen wird. Im Gegensatz zum bekannteren Winterbiathlon wird das Gewehr von den Sommerbiathleten beim Laufen nicht mitgeführt. Bei den einzelnen Schießeinheiten müssen je 5 Ziele mit je einem Schuss getroffen werden. Sobald das Ziel getroffen wurde, fällt eine Klappe um, so dass jeder erkennen kann, ob der Schuss ein Treffer war oder nicht. Wird eine Klappe nicht getroffen, so muss der Schütze eine Strafrunde laufen oder es wird eine Strafzeit zur Gesamtzeit addiert. Geschossen wird im Stehendanschlag auf Ziele von 35 mm und im liegenden Anschlag auf Ziele von 15 mm.

Wettkämpfe werden bis zu den Deutschen Meisterschaften, bzw. dem Deutschland-Cup ausgeschrieben. In Vereinen werden Laufserien auf Landesebene und als Landesverbandsmeisterschaften ausgetragen. Verschiedene Disziplinen gibt es natürlich auch im Sommerbiathlon. So werden der Staffellauf, der Einzellauf, sowie das Sprint- und Verfolgungsrennen angeboten. Die zurückzulegenden Distanzen unterscheiden sich in den verschiedenen Disziplinen und richten sich nach Alter und Geschlecht der Athleten. Daraus ergibt sich dann eine unterschiedliche Anzahl von Laufunden und Schießeinlagen. Die Ausrüstung besteht aus guten Laufschuhen, bequemer Sportbekleidung für den Lauf sowie einem speziellen Biathlon-Luftgewehr oder KK-Gewehr mit 5-Schussmagazinen oder normalen Einzellader Gewehren.

Schießstand und Scheiben

- Luftgewehr: Scheibenentfernung 10 m, Trefferfläche liegend 15 mm, stehend 35 mm Durchmesser.
- Kleinkaliber: Scheibenentfernung 50 m, Trefferfläche liegend 45 mm, stehend 115 mm Durchmesser.
- Beim Einsatz des Lasergewehrs (für 10 und 50 m Wettkämpfe) sollen Scheibenentfernung sowie Ziel- und Trefferflächen gleich sein.

Anschläge

- Liegend: Das Gewehr darf nur Hände, Schulter und Wange berühren. Das Gewehr muss deutlich vom Boden abgehoben sein.
- Stehend: Der Biathlet muss frei und ohne Unterstützung stehen.