

**Troisième édition :**

# Mass start BIATHLON

**100 % amateur**

**En Nocturne avec du tir à 10 mètres**

## • **Samedi 16 mars 2019**

Les moniteurs de l'ESF Nordique du Grand Bornand vous donnent rendez-vous sur le **stade de la coupe du monde** pour vivre une expérience unique, dans une ambiance conviviale.

### **Format de Course :**

Mass Start en solo ou en relais par équipe de 2

### **Distance de Course :**

- de 14 ans : 1,5 km : 2 tirs couchés

+ de 14 ans : 3 kms avec 1 tir couché et 1 tir debout

### **Au programme :**

- **À partir de 17h30** : Ouverture du site et reconnaissance du parcours - Retrait des dossards
- **18h** : Ouverture pas de tir entrainement (essai de tir)
- **18h30** : **Compétition Mass Start individuelle et Mass Start relais équipe.**
- **20h30** : Podiums et repas

### **Sur Place :**

- Échauffement et conseils techniques avec les moniteurs ESF
- Piste éclairée
- Repas et Vin Chaud

### **Conditions d'inscription :**

- Inscriptions limitées, au plus tard le 14/03/19
- Pré-requis :
  - Niveau de ski : skating amateur
  - Niveau de tir : avoir déjà suivi une initiation tir 10m à la carabine air comprimé
- Age minimum 10 ans

### **En bref :**

- Tarif : 15 € / personne repas inclus
- Infos ESF le Grand Bornand 04 50 02 78 17  
contact@esf-skidefond.com
- **Réservations** sur [www.esf-grand-bo.com/nordique](http://www.esf-grand-bo.com/nordique)

