

Přehled kategorií, tratí a střelb pro biatlon i letní biatlon

Tabulka 1 – Specifikace závodů – běh na lyžích (i kolečkových, případně kol. bruslích) a střelba (i laserem)

1	2	3	4	5	6	7
Kategorie závodníků	Délka tratě a druh závodu	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění	Celkové stoupání
Muži	20 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	4 km – 4, 8, 12, 16 km	600 – 800 m
	10 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	3 nebo 4 km mezi 3 a 7 km	300 – 450 m
	12,5 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	350 – 500 m
	15 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	3 km – 3, 6, 9, 12 km	400 – 600 m
	4 x 7,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m
	3,6 km Supersprint kvalifikace	jednotlivý start 15 s	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m - 2400 m	45 - 75 m
	6 km Supersprint finále	společný	5	L, L, S, S, (každý) + 3 náhradní náboje na položku - - Diskvalifikace	1,2 km 1,2, 2,4, 3,6,4,8 km	60 - 125 m
Muži/ Ženy	Směšené štafety 2x6 + 2x7,5 km Ž-Ž-M-M (Ž-M-Ž-M)	společný a předávky	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2 km - 2 a 4 km 2,5 km - 2,5 a 5 km	150 - 250 m 200 – 300 m
Ženy	15 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	3 km – 3, 6, 9, 12 km	400 – 600 m
	7,5 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m
	10 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 400 m
	12,5 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	350 – 500 m
	4 x 6 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2 km – 2 a 4 km	150 – 250 m
	2,4 km Supersprint kvalifikace	jednotlivý start 15 s	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	800 m 800 - 1600 m	45 - 75 m
	4 km Supersprint finále	společný	5	L, L, S, S, (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 0,8, 1,6, 2,4, 3,2 km	60 - 125 m
Junioři	15 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	3 km – 3, 6, 9, 12 km	400 – 600 m
	10 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	3 nebo 4 km mezi 3 a 7 km	300 – 450 m

1	2	3	4	5	6	7
Kategorie závodníků	Délka tratě a druh závodu	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění	Celkové stoupání
	12,5 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	350 – 500 m
	12,5 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	350 – 500 m
	4 x 7,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m
	2,4 km Supersprint kvalifikace	jednotlivý start 15 s	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 800 - 1600 m	45 - 75 m
	6 km Supersprint finále	společný	5	L, L, S, S, (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	1,2 km 1,2, 2,4, 3,6,4,8 km	60 - 125 m
Junioři/ Juniorsky	Smíšené štafety 2x6 + 2x7,5 km Ž-Ž-M-M (Ž-M-Ž-M)	společný a předávky	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2 km - 2 a 4 km 2,5 km - 2,5 a 5 km	150 - 250 m 200 – 300 m
Juniorky	12,5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	400 – 500 m
	7,5 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m
	10 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 400 m
	10 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 400 m
	3 x 6 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku TK – 150 m	2 km – 2 a 4 km	150 – 240 m
	2,4 km Supersprint kvalifikace	jednotlivý start 15 s	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 800 - 1600 m	45 - 75 m
	4 km Supersprint finále	společný	5	L, L, S, S, (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 0,8, 1,6, 2,4, 3,2 km	60 - 125 m
Dorostenci	12,5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	350 – 500 m
	7,5 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m
	10 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 400 m
	10 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 400 m
	3 x 7,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m

1	2	3	4	5	6	7
Kategorie závodníků	Délka tratě a druh závodu	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění	Celkové stoupání
	2,4 km Supersprint kvalifikace	jednotlivý start 15 s	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 800 - 1600 m	45 - 75 m
	4 km Supersprint finále	společný	5	L, L, S, S, (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 0,8, 1,6, 2,4, 3,2 km	60 - 125 m
Dorostenci/ Dorostenky	Smíšené štafety 2x6 + 2x7,5 km Ž-Ž-M-M (Ž-M-Ž-M)	společný a předávky	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2 km - 2 a 4 km 2,5 km - 2,5 a 5 km	150 - 250 m 200 – 300 m
Dorostenky	10 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 350 m
	6 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	2 km – 2 a 4 km	150 – 250 m
	7,5 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	1,5 km – 1,5, 3, 4,5, 6 km	200 – 300 m
	7,5 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	1,5 km – 1,5, 3, 4,5, 6 km	200 – 300 m
	3 x 6 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2 km – 2 a 4 km	150 – 250 m
	2,4 km Supersprint kvalifikace	jednotlivý start 15 s	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 800 - 1600 m	45 - 75 m
	4 km Supersprint finále	společný	5	L, L, S, S, (každý) + 3 náhradní náboje na položku - Diskvalifikace	800 m 0,8, 1,6, 2,4, 3,2 km	60 - 125 m
dorostenci „A“	10 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	4	L, L, L, – 1 minuta	2,5 km – 2,5; 5; 7,5 km	
	6 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 150 m	2 km – 2 a 4 km	
	7,5 km stíhací závod	stíhací	4	L, L, L – 150 m	1,85 km – 1,85; 3,8; 5,65 km	
	7,5 km závod s hromadným startem	společný	4	L, L, L – 150 m	1,85 km – 1,85; 3,8; 5,65 km	
	3 x 6 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku TK – 150 m	2 km – 2 a 4 km	
dorostenky „A“	8 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	4	L, L, L, – 1 minuta	2km – 2; 4; 6 km	
	6 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 150 m	2 km – 2 a 4 km	
	7,5 km stíhací závod	stíhací	4	L, L, L – 150 m	1,85 km – 1,85; 3,8; 5,65 km	

1	2	3	4	5	6	7
Kategorie závodníků	Délka tratě a druh závodu	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění	Celkové stoupání
	7,5 km závod s hromadným startem	společný	4	L, L, L – 150 m	1,85 km – 1,85; 3,8; 5,65 km	
	3 x 6 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku TK – 150 m	2 km – 2 a 4 km	
Muži „B“ i „C“	12,5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	2,5 km – 2,5, 5, 7,5, 10 km	350 – 500 m
	7,5 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	200 – 300 m
	10 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 350 m
	10 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 300 m
	3 x 7,5 km štafetový závod (v kat. Muži)	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2,5 km – 2,5 a 5 km	350 – 500 m
Ženy „B“ i „C“	10 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S – 1 minuta	2 km – 2, 4, 6, 8 km	200 – 350 m
	6 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 150 m	2 km – 2 a 4 km	150 – 250 m
	7,5 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S – 150 m	1,5 km – 1,5, 3, 4,5, 6 km	200 – 300 m
	7,5 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S – 150 m	1,5 km – 1,5, 3, 4,5, 6 km	
	3 x 6 km štafetový závod (v kat. Ženy)	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - TK – 150 m	2 km – 2 a 4 km	150 – 250 m
Žáci „C“	6 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L - 30 s	2 km – 2, 4 km	
	4 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 75 m	1,33 km – 1,33 a 2,66 km	
	5 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 75 m	1,65 km – 1,65; 3,3 km	
	3 x 4 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku – 75 m	1,33 km – 1,33 a 2,66 km	
Žákyně „C“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L - 30 s	1,65 km – 1,65; 3,3 km	
	4 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 75 m	1,33 km – 1,33 a 2,66 km	

1	2	3	4	5	6	7
Kategorie závodníků	Délka tratě a druh závodu	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění	Celkové stoupání
	5 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 75 m	1,65 km – 1,65; 3,3 km	
	3 x 4 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku – 75 m	1,33 km – 1,33 a 2,66 km	
Žáci „B“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L - 30 s	1,65 km – 1,65; 3,3 km	
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 75 m	1 km – 1 a km	
	4 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 75 m	1,33 km – 1,33 a 2,66 km	
	3 x 3 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku – 75 m	1 km – 1 a 2 km	
Žákyně „B“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L - 30 s	1,65 km – 1,65; 3,3 km	
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 75 m	1 km – 1 a km	
	4 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 75 m	1,33 km – 1,33 a 2,66 km	
	3 x 3 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku – 75 m	1 km – 1 a 2 km	
Žáci „A“	3 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L - 30 s	1, 5 km	
	2 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L – 75 m	1 km	
	3 km závod s hromadným startem	společný	2	L – 75 m	1, 5 km	
	3 x 2 km štafetový závod	společný a předávka	2	L (každý) + 3 náhradní náboje na položku – 75 m	1 km	
Žákyně „A“	3 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L - 30 s	1, 5 km	
	2 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L – 75 m	1 km	
	2 km závod s hromadným startem	společný	2	L – 75 m	1 km	
	3 x 2 km štafetový závod	společný a předávka	2	L (každý) + 3 náhradní náboje na položku – 75 m	1 km	

Tabulka 2 – Specifikace závodů – běh (cross) a střelba (i laserem)

Kategorie	Disciplína a délka tratě	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění
Muži	7 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S - 30 sekund	1,4 – 1,4; 2,8; 4,2; 5,6
	4 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66;
	6 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	6 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	4 x 4 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66;
Ženy	6 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S - 30 sekund	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	5 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	5 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	4 x 3 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
Muži a ženy	2x4 km 2x3 km		3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66; 1,0 – 1,0; 2,0
Junioři	7 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S - 30 sekund	1,4 – 1,4; 2,8; 4,2; 5,6
	4 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66;
	6 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	6 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	4 x 4 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66;
Juniorky	6 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	5	L, S, L, S - 30 sekund	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	5 km stíhací závod	stíhací	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8

Kategorie	Disciplína a délka tratě	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírážky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění
	5 km závod s hromadným startem	společný	5	L, L, S, S - 70 m	1,2 – 1,2; 2,4; 3,6; 4,8
	4 x 3 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
Junioři a Juniorky	2x4 km 2x3 km		3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66; 1,0 – 1,0; 2,0
Dorostenci „B“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	4	L, S, L – 30 s	1,25 – 1,25; 2,50; 3,75;
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	5 km stíhací závod	stíhací	4	L, L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	5 km závod s hromadným startem	společný	4	L, L, S – 70 m	1,25 – 1,25; 2,50; 3,75;
	3 x 3 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
Dorostenky „B“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	4	L, S, L – 30 s	1,25 – 1,25; 2,50; 3,75;
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	4 km stíhací závod	stíhací	4	L, L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0; 3,0
	4 km závod shromadným startem	společný	4	L, L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0; 3,0
	3 x 3 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
Dorostenci „A“	4 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 30 s	1,33 – 1,33; 2,66;
	2 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 70 m	0,67 – 0,67; 1,34
	3 km stíhací závod	stíhací	3	L, L – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0;
	3 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	3 x 1,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku	0,5 – 0,5; 1,0
Dorostenky „A“	4 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 30 s	1,33 – 1,33; 2,66;
	2 km	jednotlivý start	3	L, L – 70 m	0,67 – 0,67; 1,34

Kategorie	Disciplína a délka tratě	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírázky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění
	rychlostní závod	20, 30 s, 1 min			
	3 km stíhací závod	stíhací	3	L, L – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0;
	3 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	3 x 1,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku	0,5 – 0,5; 1,0
Muži „B“ a „C“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	4	L, S, L – 30 s	1,25 – 1,25; 2,50; 3,75;
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	5 km stíhací závod	stíhací	4	L, L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	5 km závod s hromadným startem	společný	4	L, L, S – 70 m	1,25 – 1,25; 2,50; 3,75;
	4 x 4 km štafetový závod (v kat. Muži)	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,33 – 1,33; 2,66;
Ženy „B“ a „C“	5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	4	L, S, L – 30 s	1,25 – 1,25; 2,50; 3,75;
	3 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
	4 km stíhací závod	stíhací	4	L, L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0; 3,0
	4 km závod s hromadným startem	společný	4	L, L, S – 70 m	1,0 – 1,0; 2,0; 3,0
	4 x 3 km štafetový závod (v kat. Ženy)	společný a předávka	3	L, S (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 70 m	1,0 – 1,0; 2,0
Žáci „C“	3 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 20 s	1,0 – 1,0; 2,0
	2 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 50 m	0,67 – 0,67; 1,34
	3 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L - 50 m	1,0 – 1,0; 2,0
	3 x 1,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 50 m	0,5 – 0,5; 1,0
Žákyně „C“	3 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 20 s	1,0 – 1,0; 2,0
	2 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 50 m	0,67 – 0,67; 1,34

Kategorie	Disciplína a délka tratě	Standardní druhy startů a intervalů	Počet okruhů	Střelecké položky a přírázky 5 nábojů na položku vyjma štafety	Vzdálenosti mezi střeleckými položkami a jejich umístění
	3 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L - 50 m	1,0 – 1,0; 2,0
	3 x 1,5 km štafetový závod	společný a předávka	3	L, L (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 50 m	0,5 – 0,5; 1,0
Žáci „B“	2 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 20 s	0,67 – 0,67; 1,34
	1,5 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 50 m	0,5 – 0,5; 1,0
	2 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 50 m	0,67 – 0,67; 1,34
	3 x 1 km štafetový závod	společný a předávka	2	L (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 50 m	0,5 – 0,5;
Žákyně „B“	2 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 20 s	0,67 – 0,67; 1,34
	1,5 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	3	L, L – 50 m	0,5 – 0,5; 1,0
	2 km závod s hromadným startem	společný	3	L, L – 50 m	0,67 – 0,67; 1,34
	3 x 1 km štafetový závod	společný a předávka	2	L (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 50 m	0,5 – 0,5;
Žáci „A“	1,5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L – 20 s	0,75
	1 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L – 50 m	0,5
	1,5 km závod s hromadným startem	společný	2	L – 50 m	0,75
	3 x 1 km štafetový závod	společný a předávka	2	L (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 50 m	0,5
Žákyně „A“	1,5 km vytrvalostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L – 20 s	0,75
	1 km rychlostní závod	jednotlivý start 20, 30 s, 1 min	2	L – 50 m	0,5
	1,5 km závod s hromadným startem	společný	2	L – 50 m	0,75
	3 x 1 km štafetový závod	společný a předávka	2	L (každý) + 3 náhradní náboje na položku - 50 m	0,5

Tabulka 3 - Kategorie a věkové hranice

kategorie	věk	kategorie	věk
Muži	22 a starší	Ženy	22 a starší
Junioři	19 – 21 let	Juniorky	19 – 21 let
Dorostenci - mez. pravidla	19 let a mladší	Dorostenky - mez. pravidla	19 let a mladší
<i>Dorostenci B</i>	<i>17 – 18 let</i>	<i>Dorostenky B</i>	<i>17 – 18 let</i>
<i>Dorostenci A</i>	<i>(15) 16 let</i>	<i>Dorostenky A</i>	<i>(15) 16 let</i>
Muži „B“	36 – 45 let	Ženy „B“	31 – 40 let
Muži „C“	46 a starší	Ženy „C“	41 a starší
Žáci „C“	14 – 15 let	Žákyně „C“	14 – 15 let
Žáci „B“	12 – 13 let	Žákyně „B“	12 – 13 let
Žáci „A“	10 – 11 let	Žákyně „A“	10 – 11 let

Pro patnáctileté není možný střídavý start v kategoriích žactva a dorostu v probíhající sezóně.