

冬奥会比赛项目知多少

——冬季两项



(本版图片均为资料片)



冬季两项

硬件要求

场地

冬季两项比赛场地包括设施区和雪道区两个部分。设施区由起/终点区、射击场、处罚圈、接力交接区等组成。由各种平坦、上坡、下坡等自然起伏的地段组成,要避免过长、过陡的上坡和难度过大的下坡,以及单调过长的平地。线路上的雪面要经过机械或人工捣固、碾压,厚度至少10厘米。起点、射击场和终点设在平坦的场地上,并尽量设置在一起。全段线路海拔高度不得高于1800米。雪道宽度为5米,并要设置雪槽。

执行处罚滑行圈数的竞赛时,在射击场附近,设有2条圆形或椭圆形的作为处罚用的雪道,周长150米,该线路使所有靶位上的运动员都滑行相等的距离。在终点前的接力线路最后一段,有能将运动员引导进入该处罚圈的线路,以备补罚用。全线路设方向标志和里程碑。

器材

滑雪器材

冬季两项滑雪板长度不限,但最短不得低于个人身高4厘米。尾部最高点距地面不得超过3厘米,重量每副不得少于750克。滑雪杖重量及形状不限,长度不得超过个人身高。

射击器材

步枪必须是枪机转式退壳装弹。枪管口径为5.6毫米(0.22英寸)。不允许使用折叠枪托或安装光学设备及磁化装置。步枪扳机重量不得少于0.5千克。整个枪支不包括弹匣及子弹总重量不得少于3.5千克。

现代冬季两项射击靶台必须平坦而坚固,上面可铺席子或类似覆盖物,靶台前沿和与之平行的靶板线间的距离为50米,靶与相应的靶位偏差不得超过2%,也不高于靶台3%。靶的背景须是白色,靶位和相对应靶的号码必须相同。一个项目竞赛的全过程,必须使用相同的射靶系统。冬季两项射击采用的金属靶主要是电子靶,即电动继电器完成靶盘重置及状态变换。靶子是由一个带5个靶孔的色靶面构成。靶孔的直径立射为115±0.3毫米,卧射45±0.3毫米。

比赛规则

项目规则

冬季两项是越野滑雪和射击相结合的运动,运动员身背专用小口径步枪,比赛时,运动员要脚穿滑雪板,手持滑雪杖,携带枪支,沿标记的滑道,按正确的方向和顺序滑完预定的全程。每滑行一段距离进行一次射击,最先到达终点者获得优胜。在比赛中越野滑雪采用自由式,立射时选手必须先停下脚步,将雪仗放在地上才能射击,卧射时选手需将肘部支撑在地上射击。在个人项目和短距离赛中,选手可以选择靶位。在追逐赛和集体出发赛中,率先抵达射击点的选手进入1号靶位,第二个到达的进入2号靶位,以此类推。

冬季两项参加比赛运动员的射击用枪口径不得大于8毫米,不准使用自动步枪和光学瞄准镜。滑雪时枪膛中不能装有子弹,只有在进入射击位置后,才能将弹夹装在步枪上。

个人赛

在这个项目上,比赛时,运动员单个出发,随身携带枪支和20发子弹,每1个目标发射5发。男子要比赛20千米,女子15千米,选手单个出发,间隔时间为30秒,其中男子每滑行4千米射击1次,女子每滑行3千米射击1次,中间总共共射击4次,每次5发子弹,射击姿势及顺序为第1圈滑行后卧射,第2圈滑行后立射,第3圈滑行后卧射,第4圈滑行后立射,第5圈滑行直达终点。如果选手有一发子弹没能命中(脱靶),最终的成绩上将加上1分钟的时间,到达终点后用时最少的选手为胜利者,而最终的用时包括了滑行时间和射击比赛罚时。

短距离

和个人赛类似,短距离比赛选手

也是采用单人出发,间隔时间为30秒,比赛中女子需要进行7.5千米比赛(3圈,每一圈2.5千米),男子需要进行10千米比赛(3圈,每一圈3.3千米)。选手需要停下来射击两次,射击姿势及顺序为卧射、立射,个人赛每次5发子弹。如果选手出现脱靶,将被加罚滑行一个150米场的圈道,到达终点后用时最少的选手为胜利者,而最终的用时包括了滑行时间和加罚滑行的用时。

追逐赛

在短距离赛中排名前60名的选手将获得参加追逐赛的资格。在追逐赛中,选手的出发间隔根据他们在短距离赛中的成绩确定,短距离赛冠军第一个出发,其他选手随后依次出发,出发的间隔时间为在短距离赛中落后第一名的时间。追逐赛中女选手要比赛10千米(5圈,每一圈2千米),男选手比赛12.5千米(5圈,每一圈2.5千米)。所有选手在比赛中都要进行4次射击,每次5发子弹,射击姿势及顺序为卧射、立射、卧射、立射。如果选手出现脱靶,将被加罚滑行150米长的圈道,到达终点后用时最少的选手为胜利者,而最终的用时包括了滑行时间和加罚滑行的用时。

接力赛

接力赛每队由4人组成,总滑行距离为30千米。每人7.5千米(女子为6千米)的滑行分为3个段落:第1圈滑行后卧射,第2圈滑行后立射,第3圈滑行到达终点,并在接力区用手接触同伴队员身体的任何部位。接力出发时,一般采取集体1次出发,如果条件不具备,可分组出发。随身携带枪支和16发子弹,其中两种姿势10发子弹,6发预备弹。每1种姿势发射5发;如果还有残存的目标,可用3发预备

弹,继续射击。在使用预备弹时必须一发一发地装填射击,直到残存目标被命中。如用备用弹后仍未打中残存目标,就按残存的目标数加罚滑行圈数(每圈150米)。如果残存目标两个,就加罚滑行两圈。计算成绩,以接力队的最后一名队员到达终点的时间为该队接力的总成绩。

集体出发

在这项比赛中,女子要进行12.5千米的比赛,男子15千米,集体出发赛由在个人赛、短距离赛和追逐赛上获得奖牌的30位顶尖选手参加,如果其他三项奖牌获得者不到30人,那么在世界杯此项比赛的冠军将填补空缺。比赛中选手要完成5圈滑行,男子每圈3千米,女子每一圈2.5千米。比赛中选手需要射击4次,每次5发子弹。如果脱靶一次,将被罚多滑一圈150米长的赛道。到达终点后用时最少的选手为胜利者,而最终的用时包括了滑行时间和加罚滑行的用时。

处罚规则

禁止出发

禁止一名参赛选手或一个队出发,可以因为如下理由:
(1)违反了IBU竞赛规则第1.4条款的资格要求。
(2)不符合IBU竞赛规则第1.5条款所要求的条件和资格要求的。
(3)出发时携带的器材,着装广告不符合IBU的材料目录。
(4)出发时,因个人原因或该队的原因,出发号码错误,或没有出发号码。
(5)削弱或危害了IBU契约关系。
(6)违反了有关训练、校枪、热身活动和雪板测试规则。
竞赛中出现犯规可实施禁止出发,或在下次竞赛时实施。

1分钟处罚

1分钟处罚将施加给以下的参赛选手或参赛队:

(1)在团体赛中,同一队的第一个和最后一个队员穿过靶场入口的特定线或通过终点间的时间间隔超过15秒。

(2)在团体赛中,在2名射击选手完全通过等候区之前,1名或2名非射击队员的脚超过等候区界线的。

(3)当参赛选手第一次要求超越时,或在密集团队中,一个队要求超越时,不让道。

(4)在接力赛中,在使用任何一发备用弹前没有把3颗剩余的子弹放入提供的容器或靶位上。

(5)在团体赛中,2名射手没有在从相邻的靶位上射击。

(6)在团体赛中,在另一名射手进入相邻的靶位之前,一名射手就开始射击。

(7)犯了一个很小的公平竞争和运动道德的错误。

2分钟处罚

2分钟处罚将施加给以下的参赛选手或参赛队:

(1)因射击处罚,在参赛选手每轮卧或立射完毕后没立即滑行所处罚的圈数,每圈罚2分钟。

(2)在接力赛、集体出发赛或以小组出发时,在出发线后准备的雪橇中,采用(一条腿或两条腿侧蹬)蹬冰技术。

(3)在个人赛、短距离赛、追逐赛、集体出发赛和团体赛中,如果参赛者所有5发子弹或在接力赛中8发子弹有没发射的子弹而靶子尚未完全击中,就开始滑雪,每发子弹罚2分钟。

(4)犯了一个小的公平竞争和运动道德的错误。

冬季两项 Biathlon		
01 男子项目	02 女子项目	03 混合项目
· 10公里短距离	· 7.5公里短距离	· 4×6公里混合接力
· 20公里个人	· 15公里个人	(男子+女子)
· 12.5公里追逐	· 10公里追逐	
· 15公里集体出发	· 12.5公里集体出发	
· 4×7.5公里接力	· 4×6公里接力	

重要赛事

冬季两项世界杯:这是一项冬季项目的系列比赛,比赛分男子组和女子组进行。男子组从1977至1978年赛季开始,女子组从1982至1983年赛季开始,女子组比赛1986至1987年赛季前被称为欧洲冠军杯,但参与并不局限于欧洲人。世界杯冬季两项赛比赛的一般比赛持续时间在9至10周。在每项项目中,各选手及国家会依照其获得的名次换算为积分,在该赛季结束后总和积分最高者即为此届冬季两项世界杯的冠军。冬季两项世界杯每年皆会计算与举行。

奥林匹克运动会:在冬季奥运会上,进行男子5项、女子5项及混合1项共11个项目。分为个人、短距离、接力、追逐、集体出发等项目。男子:冬季两项男子10公里短距离;冬季两项男子20公里个人;冬季两项男子4×7.5公里接力;冬季两项男子12.5公里追逐;冬季两项男子15公里集体出发;冬季两项男子7.5公里短距离;冬季两项男子15公里个人;冬季两项男子4×6公里接力;冬季两项男子10公里追逐;冬季两项男子12.5公里集体出发;冬季两项混合接力:女子2×6公里+男子2×7.5公里。

冬季两项与北欧两项的区别

从比赛内容上看,冬季两项与北欧两项都涉及越野滑雪。冬季两项中,进行越野滑雪和射击比赛,要求运动员身着越野滑雪装备,背负专用小口径步枪,每滑行一段距离进行一次射击,最先到达终点者优胜。北欧两项则是将跳台滑雪与越野滑雪结合起来。运动员要先进行跳台滑雪比赛,再进行越野滑雪比赛。

从比赛规则上看,冬季两项选手如果在射击时脱靶,将会被罚时或罚圈。北欧两项选手则是先进行跳台滑雪比赛,根据排名和得分,决定选手在越野滑雪比赛中的出发顺序和时间。



冬奥冰雪梦·一起向未来

发展历史

冬季两项历史悠久,起源于挪威的纳维亚半岛,由远古时代的滑雪狩猎演变而来。在挪威、荷兰和瑞典等北欧国家的一些约4000多年前的石制雕刻品中,就刻有两人足踏雪板,手持棍棒在雪地里追捕动物的情景。欧洲中世纪开始逐渐纳入军事训练科目。

1767年,守卫在挪威与瑞典边界的挪威边防军巡逻队,曾举办了第一次滑雪和射击比赛。规定滑完全程,滑行途中用步枪射击40至50步远的靶标,成绩最优者可得价值相当于20克朗的奖品,据记载这是世界上最早的冬季两项比赛。

1861年,挪威成立世界上最早的滑雪射击俱乐部。

1912年,挪威军队在奥斯陆举行名称“为了战争”的滑雪射击比赛。后逐渐在欧美国家开展,成为一种体育运动项目。

1924年,被列为首届冬奥会(1924年夏慕尼冬季奥运会)表演项目。

1958年,举行第1届世界冬季两项锦标赛。

1960年,在第8届冬奥会上被正式列为比赛项目的,并定名为冬季两项。只有20公里越野滑雪加4次射击组成的一个竞赛项目。

1968年,在第10届冬奥会上增加了4×7.5公里接力。

1980年,在第13届冬奥会上又增加了10公里越野滑雪加2次射击的竞赛项目。

1992年,在法国举办的第16届冬奥会上,女子冬季两项第一次被列为正式比赛项目。

1993年,国际奥委会正式批准国际冬季两项联盟成立。

2002年,在美国盐湖城冬奥会上增设男子10公里和女子7.5公里追逐赛成为比赛项目。

2006年,在意大利都灵冬奥会上,男子15公里集体出发赛和12.5公里集体出发赛在首次亮相奥运会。

2014年,在索契冬奥会上,现代冬季两项增加了混合接力赛,首次成为冬奥项目。

组织机构

国际冬季两项联盟(IBU):成立时间于1993年,其总部设在奥地利,现有61个协会会员。国际冬季两项联盟举办世界锦标赛、世界杯赛。该组织的机构有代表大会、执委会、仲裁法庭。

国际现代五项和冬季两项联盟:由国际现代五项联盟(UIPM)和国际冬季两项联盟(IBU)联合组成,该组织的主席在夏季奥运会前两年由国际现代五项联盟主席担任,在冬季奥运会前两年由国际冬季两项联盟主席担任。国际现代五项联盟有94个协会会员,该组织的机构有代表大会、执委会、大洲联合会(非洲、亚洲、欧洲、北美、南美和大洋洲)和专门委员会。

中国冬季两项运动协会:成立于2015年4月2日,是中国冬季两项爱好者自行组织的社会团体。2015年4月2日,国家体育总局在京召开中国冬季两项运动协会成立大会。



冬季两项与北欧两项有何区别?

比赛构成不同

|| 冬季两项 ||
越野滑雪和射击

|| 北欧两项 ||
越野滑雪和跳台滑雪