

# Prévention des accidents en biathlon



## Sécurité générale

Les monitrices et moniteurs J+S

- exercent une surveillance active adaptée au degré de développement des participant-e-s;
- veillent à ce que le biathlon soit pratiqué uniquement sur une installation de tir officielle en présence d'un nombre suffisant de personnes chargées de la surveillance;
- s'engagent à garantir la sécurité maximale et à faire en sorte que la carabine et les munitions soient utilisées à bon escient;
- s'assurent que les participant-e-s utilisent un équipement adéquat en bon état de fonctionnement (p. ex. skis de fond, fixations, chaussures, bâtons, tenue vestimentaire, carabine);
- connaissent les mesures de premiers secours et emportent toujours une trousse de secours, une couverture de survie ainsi qu'un téléphone portable.

## Sécurité personnelle

Les monitrices et moniteurs J+S

- incitent les participant-e-s concerné-e-s à porter des lentilles ou des lunettes de sport correctrices;
- veillent à ce que les participant-e-s portent des lunettes de soleil pour se protéger du rayonnement solaire et des défaillances mécaniques;
- s'assurent que les participant-e-s portent des gants pour se protéger du froid et des éraflures en cas de chute;
- regardent que les participant-e-s pratiquant le ski à roulettes portent un casque et des gants intégraux, les débutant-e-s s'équipant en plus de coudières et de genouillères;
- veillent au port de protections auditives dans les installations de tir en intérieur.

## Mesures de prévention dans les activités sportives

Les monitrices et moniteurs J+S

- attirent l'attention des participant-e-s sur les «Prescriptions de Swiss-Ski relatives à l'usage de carabines de biathlon et des munitions» (page 2 du présent document) en leur demandant de les signer;
- adaptent l'enseignement aux conditions du moment (p. ex. météo, piste, dangers alpins, personnes, moment de la journée);
- adaptent l'intensité de l'entraînement et de la compétition à l'âge ainsi qu'au niveau des participant-e-s, notamment lorsqu'elles et ils recommencent à s'entraîner après une pause (p. ex. suite à une blessure ou à une maladie);

- aménagent un programme d'échauffement au début de chaque unité d'entraînement et avant les compétitions;
- veillent à ce que les participant-e-s, les enfants notamment, s'hydratent et fassent le plein d'énergie régulièrement;
- utilisent, avec des jeunes de 11 à 15 ans, strictement des carabines à air comprimé;
- veillent, avec des enfants et des jeunes, à ce que les carabines à air comprimé soient reposées sur les tapis ou déposées dans les supports prévus à cet effet après le tir;
- contrôlent que les carabines ne sont chargées ou déchargées que sur les tapis et que le canon est, à chaque fois, dirigé vers les cibles;
- s'assurent que les participants déchargent leur carabine avant de quitter le pas de tir;
- vérifient que les participant-e-s portent toujours les carabines de petit calibre dans le dos et les carabines à air comprimé à la main avec la bouche du canon pointée en l'air;
- font en sorte que les participant-e-s se lavent les mains après avoir tiré pour éliminer les résidus de plomb laissés par les munitions.

## Spécificités avec des enfants

Les monitrices et moniteurs J+S

- enseignent le biathlon à des enfants de moins de 8 ans sous une forme ludique et sans arme (exemples dans la partie Bonnes pratiques du manuel Biathlon);
- utilisent, avec des enfants de 8 à 10 ans, uniquement des carabines à air comprimé;
- veillent, lors de basses températures, à ce que les enfants ne souffrent pas d'hypothermie (visage marbré, doigts et orteils engourdis, vêtements mouillés);
- choisissent des règles et du matériel adaptés à l'âge et aux capacités des enfants.



# Prescriptions de Swiss-Ski relatives à l'usage de la carabine de biathlon et des munitions



## 1. Responsabilité personnelle

Chaque participante ou participant est responsable du bon fonctionnement de sa carabine.

Seules les personnes qui peuvent garantir le bon maniement de leur arme sont admises aux entraînements et aux compétitions de biathlon. Chacune et chacun répond de ses actes.

## 2. Contrôle du retrait des cartouches

La carabine doit être considérée comme chargée aussi longtemps que l'on ne s'est pas personnellement assuré du contraire. Le contrôle du retrait des cartouches s'effectue de la manière suivante:

- Ouvrir la culasse (pour les carabines petit-calibre)
- Défaire la cartouche d'air comprimé (pour les carabines à air comprimé)
- Retirer le magasin de l'arme
- Retirer les munitions de tous les magasins
- Retirer les munitions se trouvant dans les supports de munitions de réserve placés sur l'arme

## 3. Transport de la carabine et des munitions

Pour le transport, la culasse doit être retirée et les munitions rangées dans un coffret. Les deux ne doivent pas être transportés avec la carabine.

## 4. Entreposage de la carabine et des munitions

La carabine doit être entreposée sous clé, dans une armoire inaccessible aux personnes non autorisées. Les munitions doivent être entreposées séparément.

## 5. Comportement au stand de tir

Au stand de tir, la carabine petit-calibre doit se trouver soit en bandoulière dans le dos de l'athlète, soit dans le support prévu à cet effet.

La carabine à air comprimé repose soit dans le support prévu à cet effet, soit sur le tapis. Elle se porte à la main avec la bouche du canon pointée en l'air. La participante ou le participant n'est autorisé-e à manipuler son arme que lorsqu'elle ou il est sur le tapis et que le canon est dirigé vers les cibles.

Tous les tirs doivent être effectués exclusivement sur des cibles.

Par la présente, j'atteste avoir lu et compris les prescriptions de sécurité de Swiss-Ski relatives à l'usage de la carabine de biathlon et des munitions.

Date: .....

Signature: .....