

CIRCUITOS TRIATLON MENORES LANTADILLA

PREBENJAMIN:

NATACIÓN: 1 x 25m.

CICLISMO: 1 x 780m.

CARRERA: 1 x 200m.

Un largo a la piscina nadando, una vuelta al circuito de bici y una vuelta pequeña en el circuito de carrera.



BENJAMIN:

NATACIÓN: 2x 25= 50m.

CICLISMO: 2x 780= 1560m.

CARRERA: 1x 350m.

Dos largos a la piscina nadando, dos vueltas al circuito de bici y una vuelta al circuito de carrera.

ALEVIN:

NATACIÓN: 4x 25= 100m.

CICLISMO: 4x 780= 3120m.

CARRERA: 2x 350= 700m.

Cuatro largos a la piscina nadando, cuatro vueltas al circuito de bici y dos al circuito de carrera.

INFANTIL Y CADETE

NATACIÓN: 8x 25= 200m.

CICLISMO: 6x 780= 4680m.

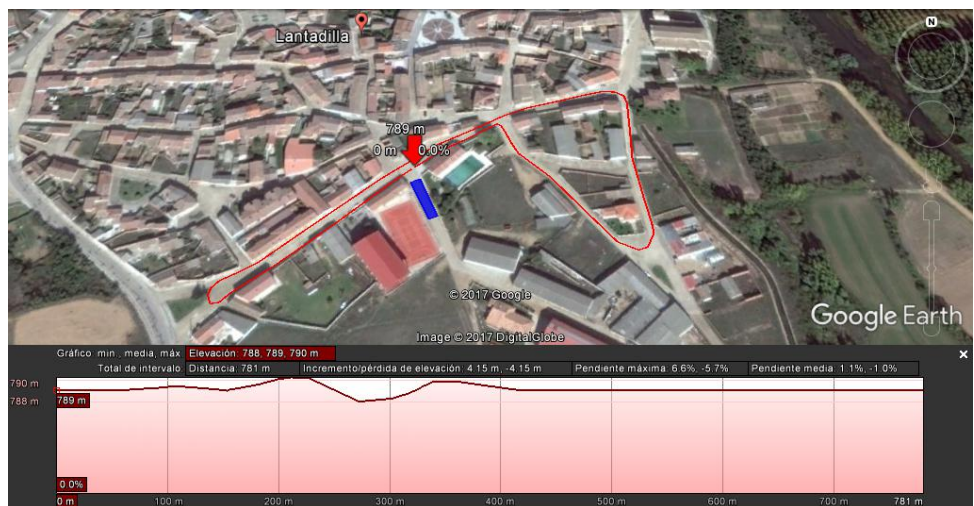
CARRERA: 4x 350= 1400m.

Ocho largos a la piscina nadando, seis vueltas al circuito de bici y cuatro al circuito de carrera.



CICLISMO

PBJ: 1 vuelta
 BJ: 2 vueltas
 ALV: 4 vueltas
 INF: 6 vueltas
 CDT: 6 vueltas



CARRERA

PBJ: 1/2 vuelta
 BJ: 1 vueltas
 ALV: 2 vueltas
 INF: 4 vueltas
 CDT: 4 vueltas

