

RACE COURSE SWIMRUN LAKE-TO-LAKE 2016

SwimRun37 – 8 часов

SwimRun37			
Бег	Плавание	Временной лимит от начала старта	Пункт Питания
5100			
	300		
3000		01:50	Пункт питания
800			
	400		
100			
	300		
600			
	270		
700			
	350		
6000			
	100		
400			
	400		
1300		04:15	Пункт питания
1500			
	400		
1200			
	300		
600			
	200		
80			
	250		
250			
	300		
300			
	350		
450			
	400		
400			
	50		
1300		06:30	Пункт питания
2000			
	300		
4500			Пункт питания
1200			
	400		
900			
	100		
32680	5170	08:00	
ВСЕГО:	37850		

SwimRun23 – 5 часов 30 минут

SwimRun23			
Бег	Плавание	Временной лимит от начала старта	Пункт Питания
3900			
	400		
1300		01:35	Пункт питания
1500			
	400		
1200			
	300		
600			
	200		
80			
	250		
250			
	300		
300			
	350		
450			
	400		
400			
	50		
1300		03:50	Пункт питания
1300			
	300		
4500			Пункт питания
1200			
	400		
900			
	100		
19180	3450	05:30	
ВСЕГО:	22630		

SwimRun Fun – 3 часа

SwimRun Fun		
Бег	Плавание	Пункты питания
3900		
	400	
4700		Пункт питания
1200		
	400	
800		
	100	
9600	900	
ВСЕГО:	10500	