



ラン折り返し

＜一般・中学生アクアスロン＞

スイム 400m (200m×2周)  
ラン 3km (1km×3周)

＜キッズアクアスロン＞

1・2年生 スイム 50m (片道) + ラン 1km (1周)  
3・4年生 スイム 100m (1周) + ラン 1km (1周)  
5・6年生 スイム 200m (2周) + ラン 2km (2周)

＜ファミリーリレー＞

子スイム 100m (1周) + 親スイム 100m (1周)  
子ラン 1km (1周) + 親ラン 1km (1周)