



1/8 triatlon 500 m zwemmen 20 banen
 20 km Fietsen 2x
 5 km hardlopen 1x



1/4 triatlon 1000 m zwemmen 40 banen
 40 km Fietsen 4x
 10 km hardlopen 2x



Start en finish bij zwembad De Aarweide aan de Schilkerweg