

# Kajaani Swimrun

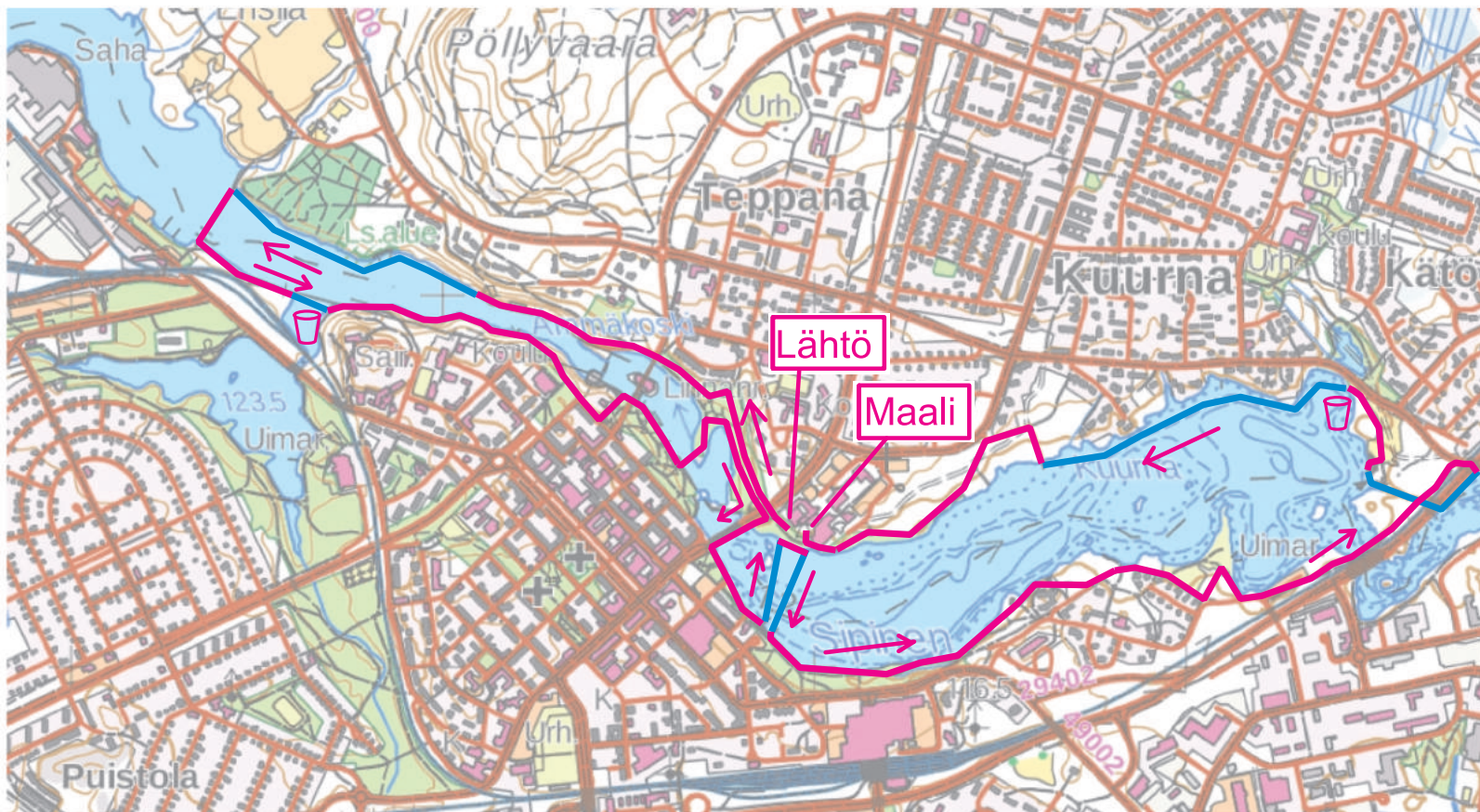
Eliaksen lenkki

11 km

Uinti yhteensä / Total swim: 2,4 km

Juoksu/run: —

Uinti/swim: —



Osiot / legs:

Lähtö/start

1. Juoksu/run: 1200 m

2. Uinti/swim: 750 m

3. Juoksu/run: 500 m

4. Uinti/swim: 100 m

☐ Huolto/service

5. Juoksu/run: 2250 m

6. Uinti/swim: 200 m

7. Juoksu/run: 50 m

8. Uinti/swim: 250 m

9. Juoksu/run: 2500 m

10. Uinti/swim: 350 m

11. Juoksu/run: 300 m

☐ Huolto/service

12. Uinti/swim: 900 m

13. Juoksu/run: 900 m

Maali/finish