



100 מ' ילדים 8-9 ●

200 מ' ילדים 10-11 ●

300 מ' ילדים 12-13 ●

500 מ' סופר ספרינט 14-15 ●

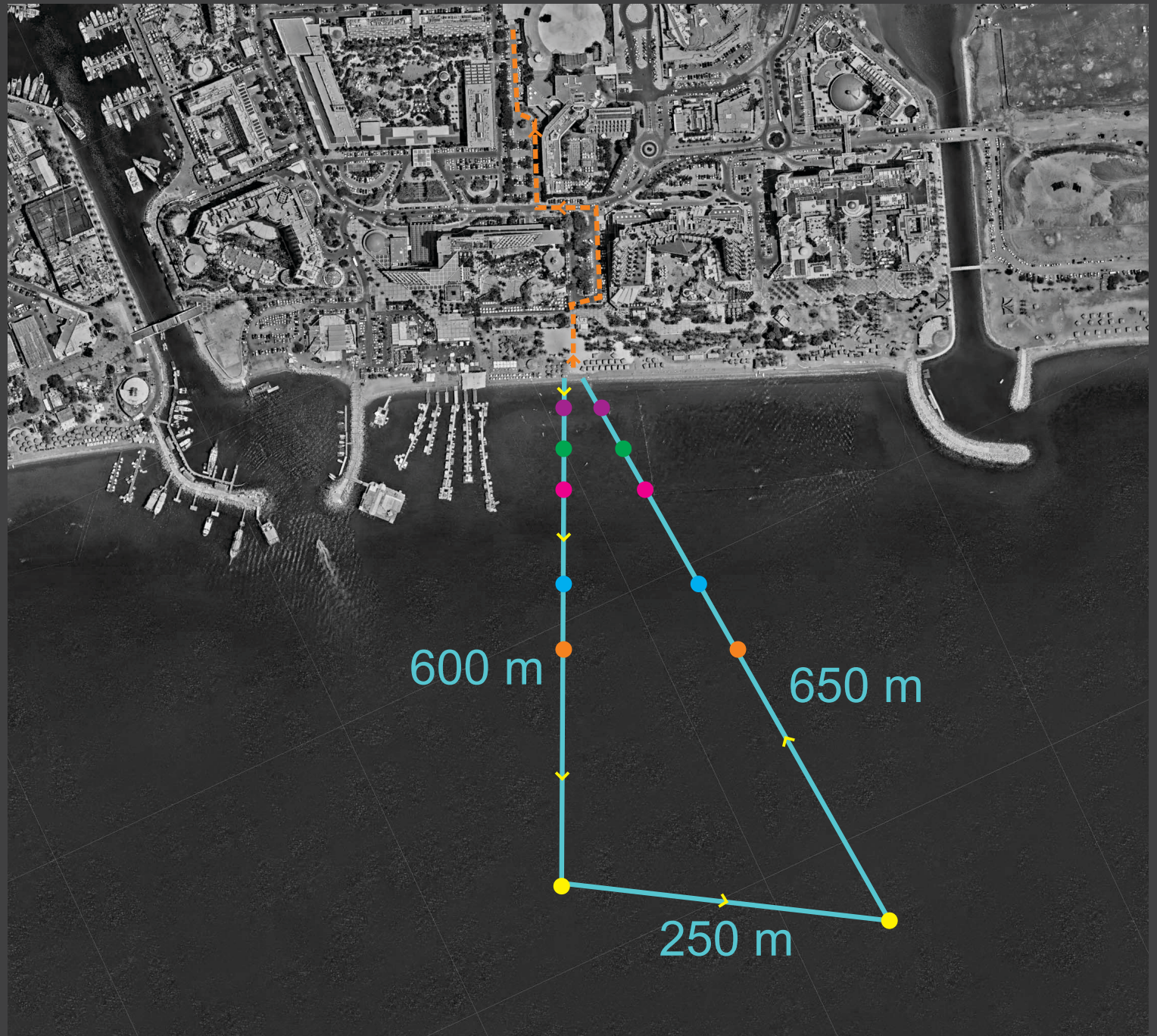
750 מ' ספרינט ק. גיל
עלית (2 סיבובים) ●

1500 מ' אולימפי ●

--- ריצה לשטח החלפה



SWIM





1000 מ' ילדים 8-9

1500 מ' ילדים 10-11

2000 מ' ילדים 12-13

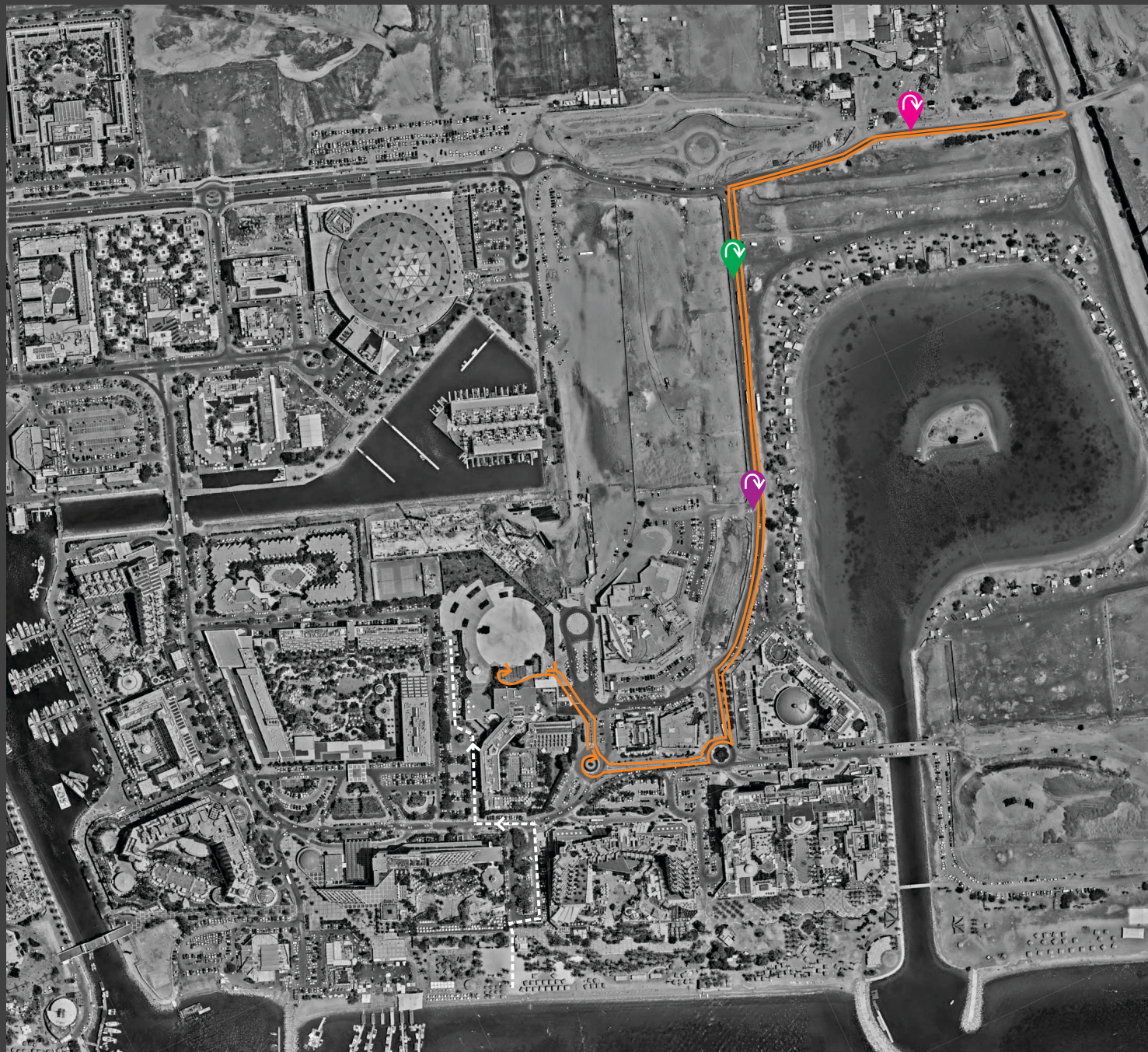
2.5 קמ' סופר ספרינט 14-15 (סיבוב 1)

5 קמ' ספרינט ק. גיל (2 סיבובים)

10 קמ' אולימפי, עילית (4 סיבובים)



RUN



● 3 קמ' ילדים 8-9 (סיבוב 1)

● 5 קמ' ילדים 10-11 (2 סיבובים)

● 8 קמ' ילדים 12-13 (2 סיבובים)

● 10 קמ' סופר ספרינט 14-15 (2 סיבובים)

● 19 קמ' ספרינט ק. גיל (סיבוב 1)

● 37.5 קמ' אולימפי (2 סיבובים)

● 40 קמ' עילית (7 סיבובים)



BIKE

