

Benjamins
Natação/Corrida
(50m/400m)

Natação/Swim - SW1/Sw2 (30 metros x 2 voltas) = 60 metros

Meta PT



Corrida/Run - TR1/TR2- (270 metros x 2 voltas) = 540 metros



Infantis
Natação / Corrida
(140m/880m)

Natação/Swim SW1/SW2 (70 metros x 2 voltas) = 140 metros



Corrida/Run TR1/TR2- (440 metros x 2 voltas) = 880 metros



Iniciados
Natação/ Corrida
(240m/1280m)

Natação SW1/SW2 (120 metros x 2 voltas) = 240 metros



Corrida TR1/TR2 - (580m x 2 voltas = 1160 + 120 metros = 1280m)



Juvenis
Natação/ Corrida
(320m/2000m)

Natação SW1/SW2 (160 metros x 2 voltas) = 320 metros



Corrida TR1/TR2 - (910m x 2v) 1820 + 120 metros = 1940m

