

A TYPE

SWIM 2.25 km BIKE 70.0 km RUN 18.0 km

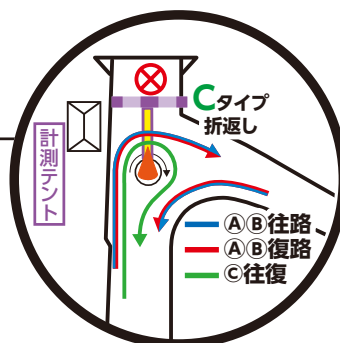
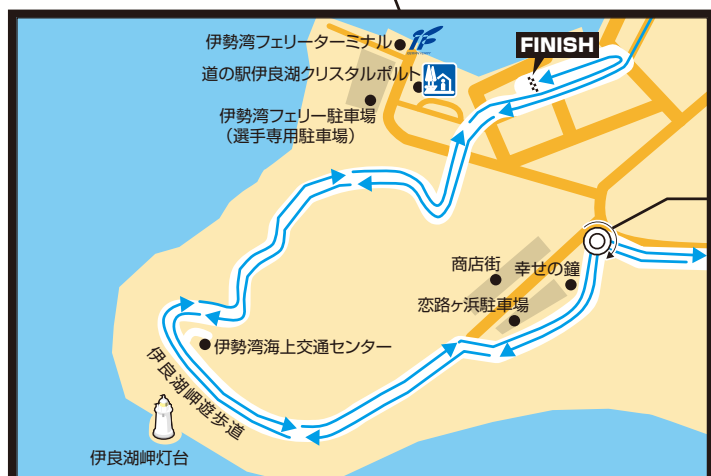
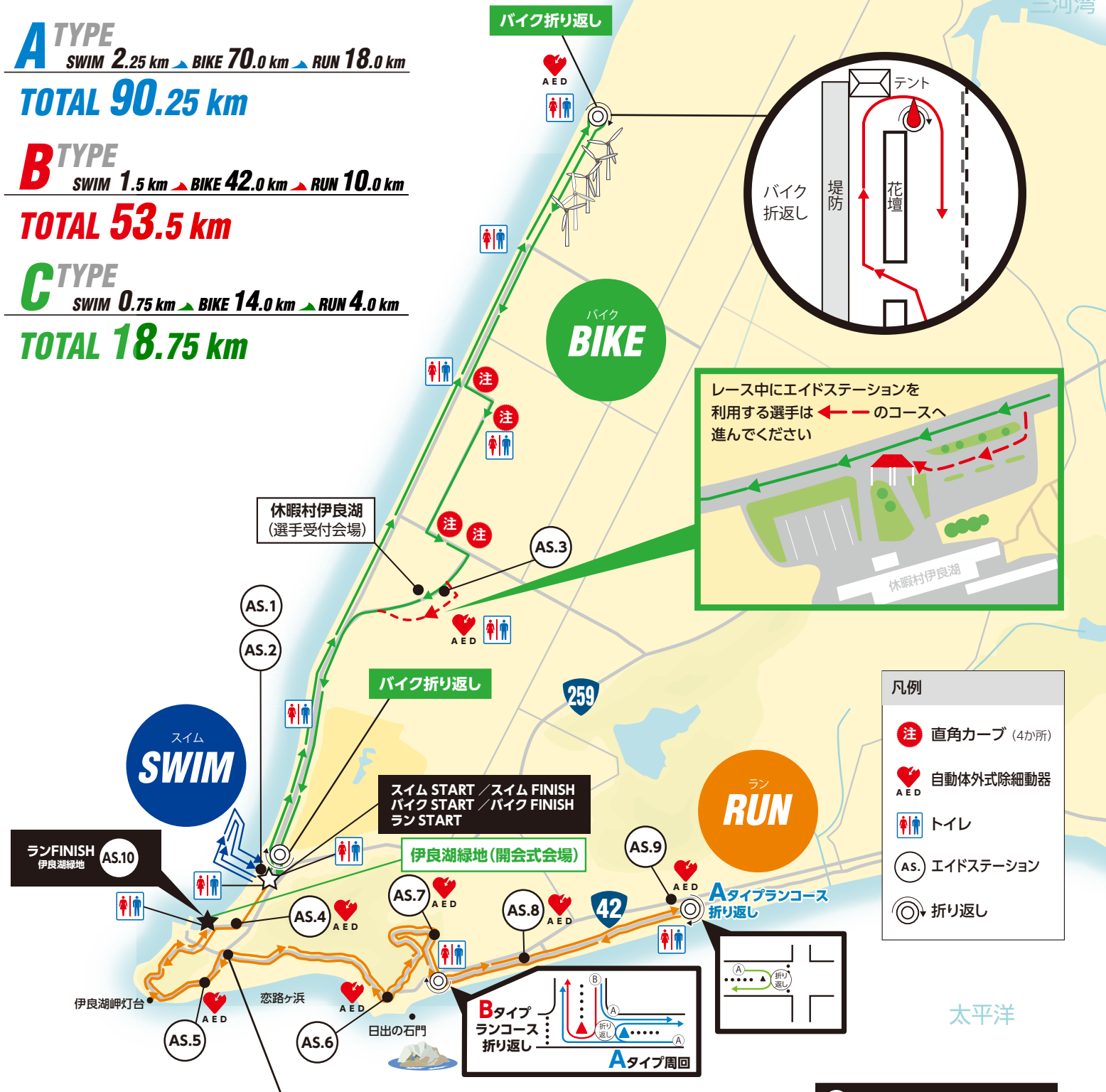
TOTAL 90.25 km

BTYPE
SWIM 1.5 km BIKE 42.0 km RUN 10.0 km

TOTAL 53.5 km

CTYPE
SWIM 0.75 km BIKE 14.0 km RUN 4.0 km

TOTAL 18.75 km



AS. エイドステーション		
1.	スイム	【スイム周回】 
2.	スイム	【シャワー前】 
3.	バイク	【休暇村伊良湖】  
4.	ラン	【魚市場前】  
5.	ラン	【窓路ヶ浜】  
6.	ラン	【日出園地入口】  
7.	ラン	【八柱神社】  
8.	ラン	【日出橋】  
9.	ラン	【堀切】  
10.	ラン	【フィニッシュ地点】  パン、おにぎり、OS-1 ブラックサンダー