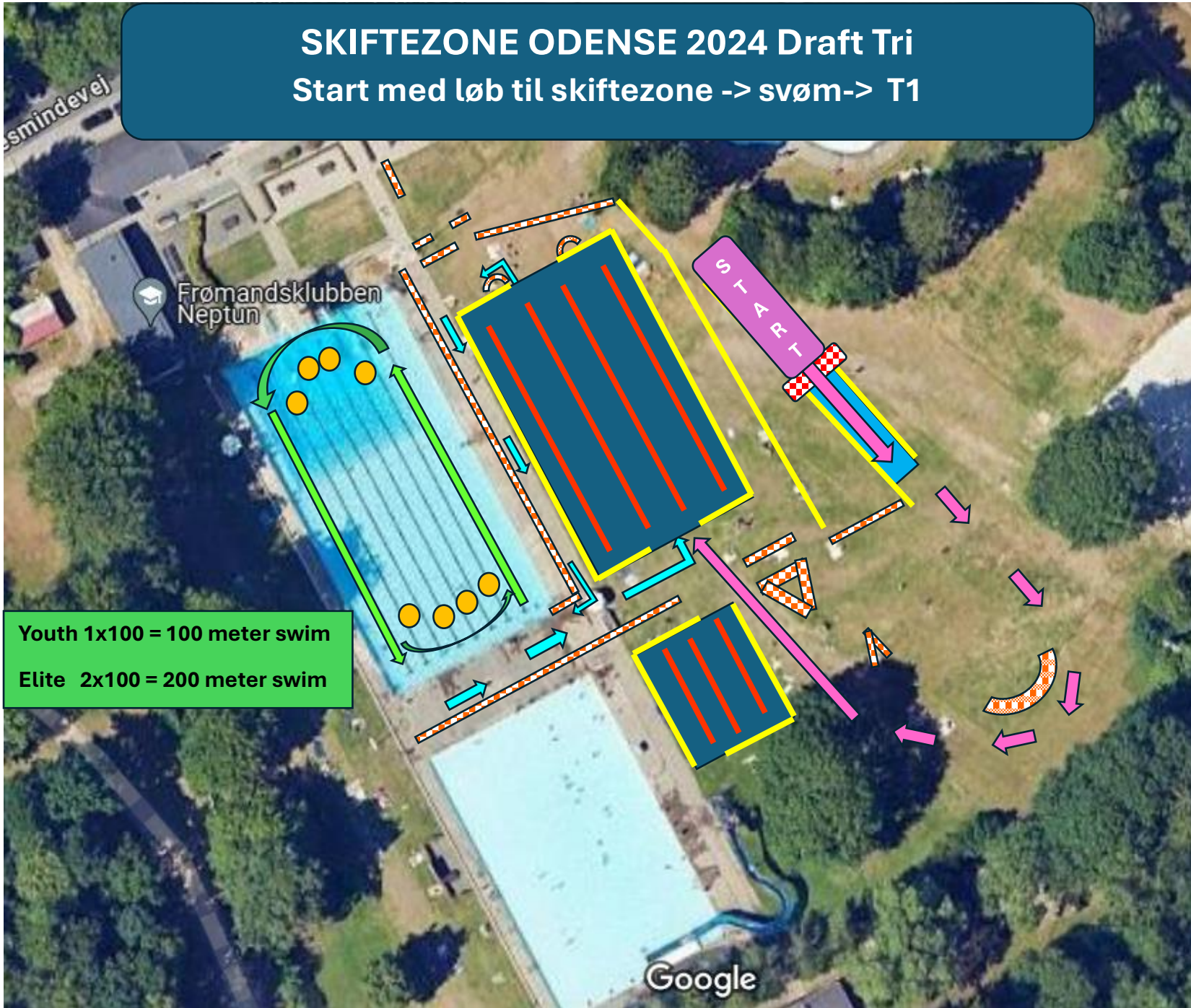




SKIFTEZONE ODENSE 2024 Draft Tri

Start med løb til skiftezone -> svøm-> T1



Youth 1x100 = 100 meter swim
Elite 2x100 = 200 meter swim

Startposition bag mållinjen
Følg 
Løb - m. sko - cirka 180 meter
til skiftezone.

Efter skift til svøm
følg  til svøm

Efter svøm
følg  til T1

T1 -> cykel / bike

DISTANCER Odense Draft Tri

Ungdom gennemfører 4 runder

Hver runde består af :

100 meter svøm

1200 meter cykling

1000 meter løb

I alt

400 meter svøm

4800 meter cykling

4000 meter løb

ELITE gennemfører 6 runder

Hver runde består af :

200 meter svøm

1200 meter cykling

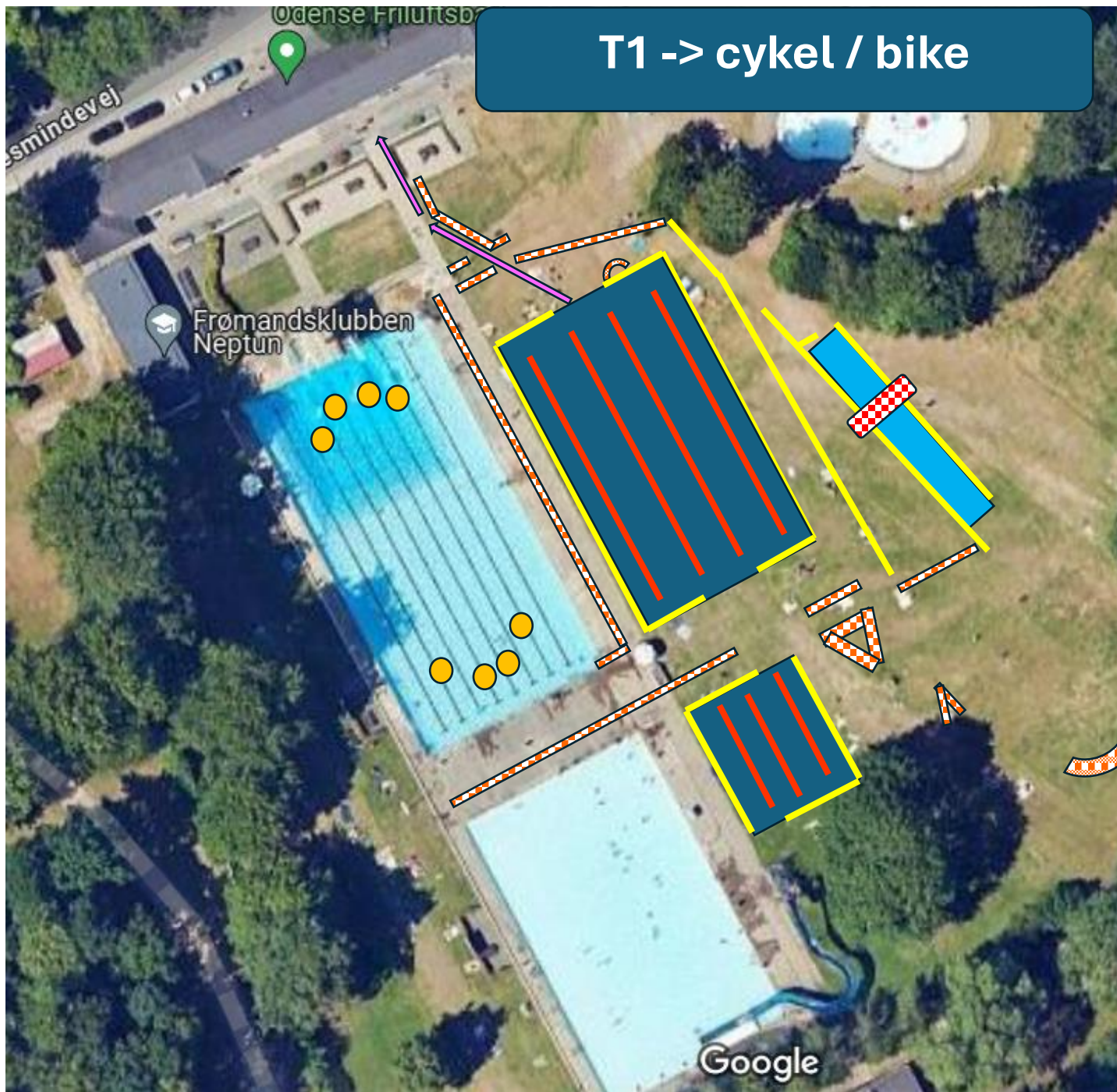
1000 meter løb

I alt

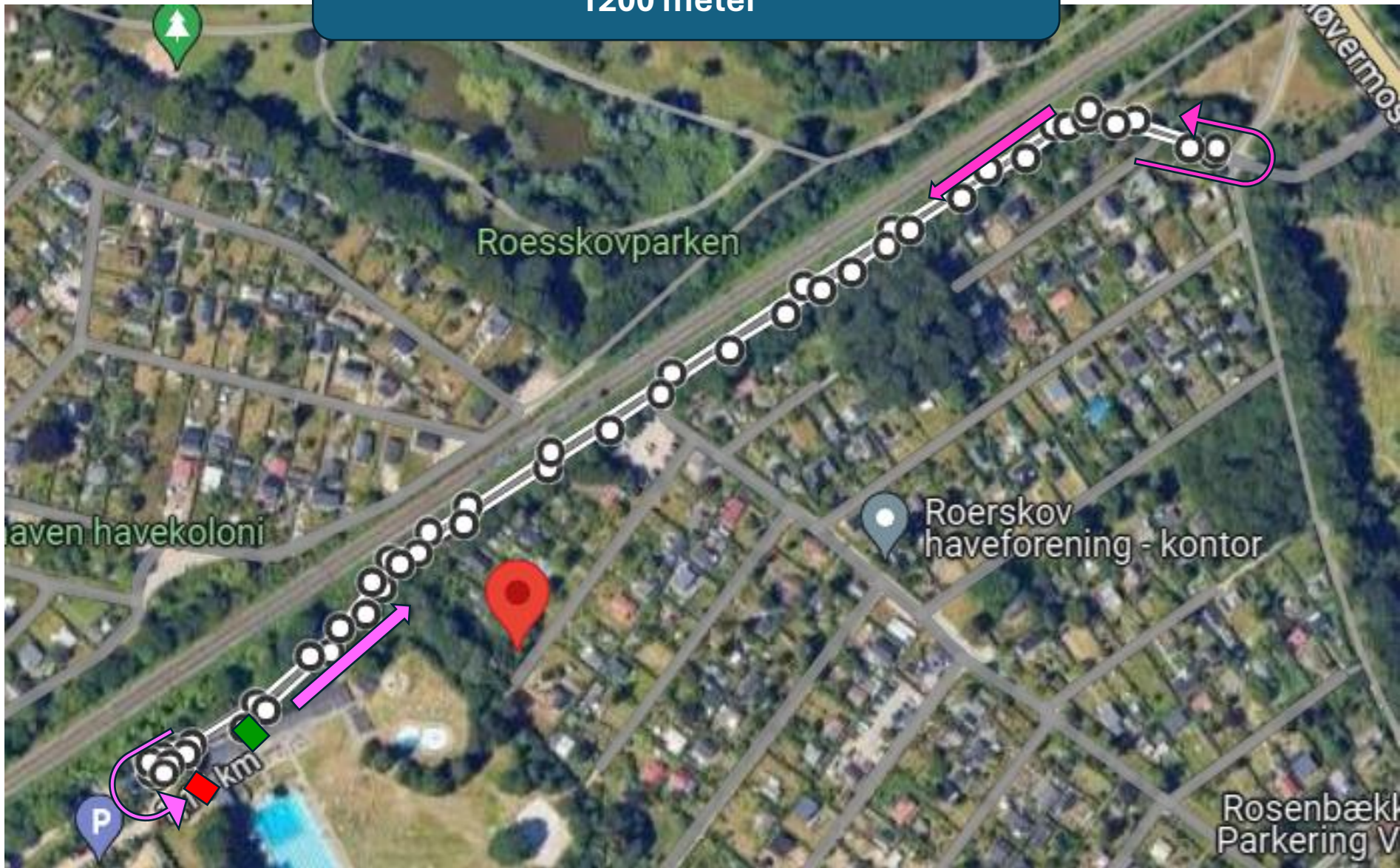
1200 meter svøm

7200 meter cykling

6000 meter løb



Cykelrute/Bikeroute DRAFT ODENSE 2024
1200 meter



Cykelrute/Bikeroute

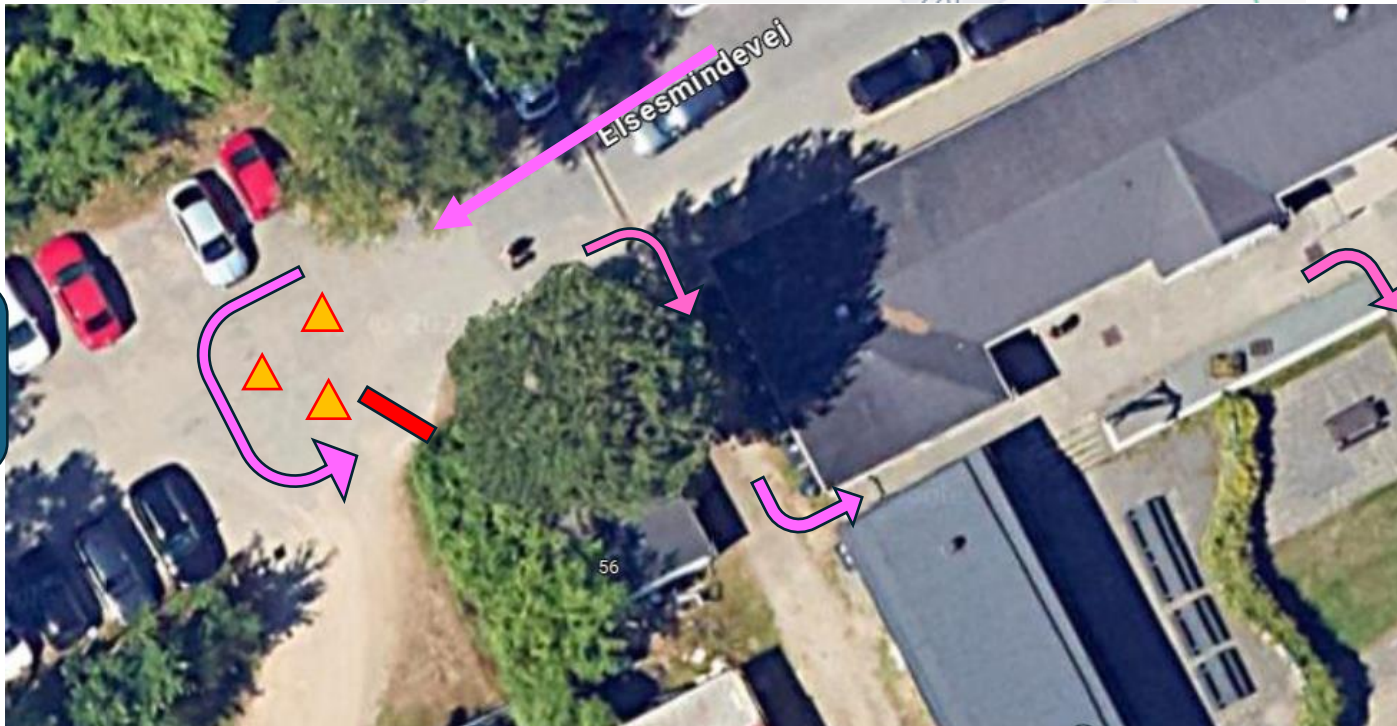
Detalje / Details

Vendepunkt

Turningpoint



Dismount



Fra Cykling -> T2 -> løb

From bike -> T2 -> Run





Løberute / Run
1000 Meter

Løb sidste runde -> mål
Run last round -> goal

