



- スイムコース 1.5km(750m×2LAP)
- バイクコース 40km(13.33km×3LAP)
- ランコース 10km
- ミニラン 0.3km

# スイムコース

小名浜港1.2号埠頭

1.5km

制限時間1時間





産業(港湾)道路周回

スイムスタートから

制限時間2時間30分

# バイクコース 40.0km



# ランコース

アクアマリンふくしま魚市場など周回

**10.0km**

スイムスタートから制限時間4時間

