

# スケジュール

TIME	チームTT	1-4	1-3	Kids	1-1	1-2
	5km×3周回 15km	3.1km×4周回 12.4km 周回賞:1周,2周,3周完了時	3.1km×7周回 21.7km 周回賞:1周,3周完了時	ビンディング 3.1×2= 6.2km フラペ 3.1×1=3.1km	5.1km×20周回 102km 周回賞:1周,10周完了時	5.1km×8周回 40.8km 周回賞:1周,4周完了時
7:00						
8:00						
	8:40～ 受付開始					
9:00						
	TT スタート 9:31					
10:00						
		1-4 スタート 10:30				
11:00	1-3スタート後すぐ表彰	1-3スタート後すぐ表彰	1-3 スタート 11:00			
				Kids スタート 11:45		
12:00						
			1-1スタート後すぐ表彰	1-1スタート後すぐ表彰	1-1 スタート 12:30	
13:00						
14:00						
15:00					1-2スタート後すぐ表彰	1-2 スタート 15:00
						ゴール後すぐ表彰