

DYSTANS HOBBY

 TRASA

 BIEG 5 km (1 x pętla 5 km)  ROWER 20 km (2 x pętla 10 km)  BIEG 2,5 km (1 x pętla 2,5 km)

DYSTANS GŁÓWNY

 TRASA

 BIEG 5 km (1 x pętla 5 km)  ROWER 30 km (3 x pętla 10 km)  BIEG 5 km (1 x pętla 5 km)

