Дистанции:

**1. Короткая**: девочки (7-12 лет), мальчики (7-12 лет), девушки (13-14 лет), юноши (13-14 лет)

Бег 1,5 км (2 круга) + вело 5 км (2 круга) + бег 800 м (1 круг)

**2. Основная**: мужчины (18+), женщины (18+), юниоры (15-17 лет), юниорки (15-17 лет)

Бег 3 км (4 круга) + Вело 10 км (4 круга) + Бег 1,5 км (2 круга)