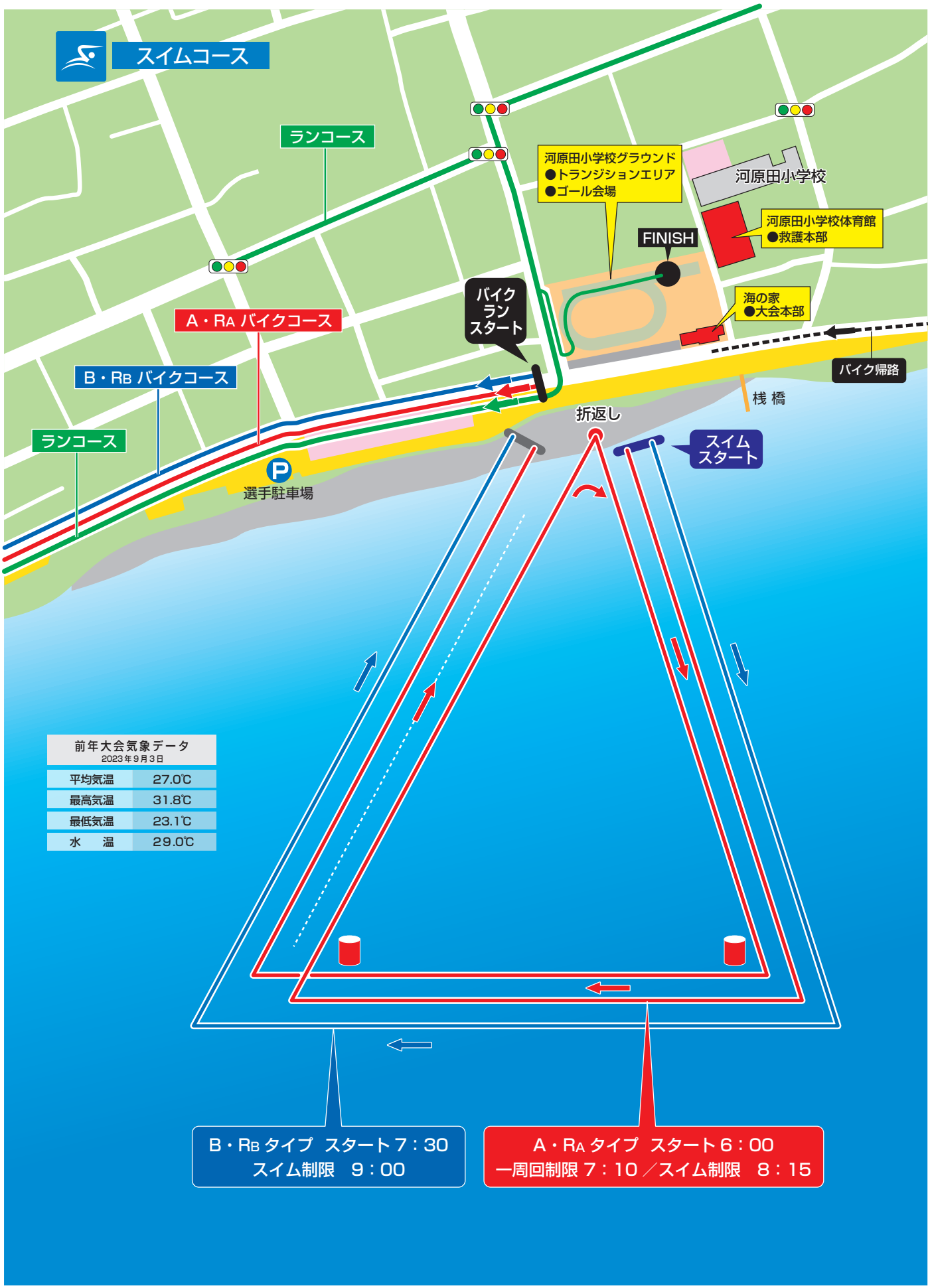
2024 SADO ISLAND LONG DISTANCE INTERNATIONAL TRIATHLON



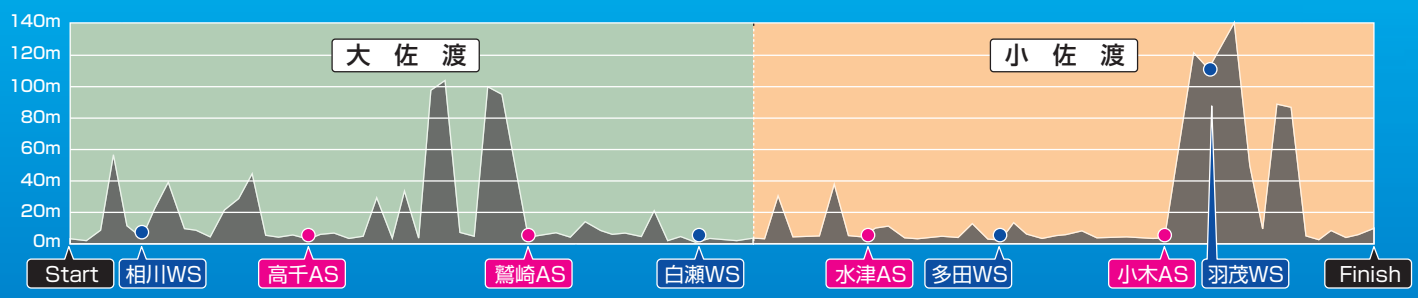
2024 SADO ISLAND LONG DISTANCE INTERNATIONAL TRIATHLON

バイクコース

※コースは道路事情の変化に伴い変更する場合もあります。

●ＡＳ（補給食あり）
●ＷＳ（ドリンク主体）

バイクコース・高低差



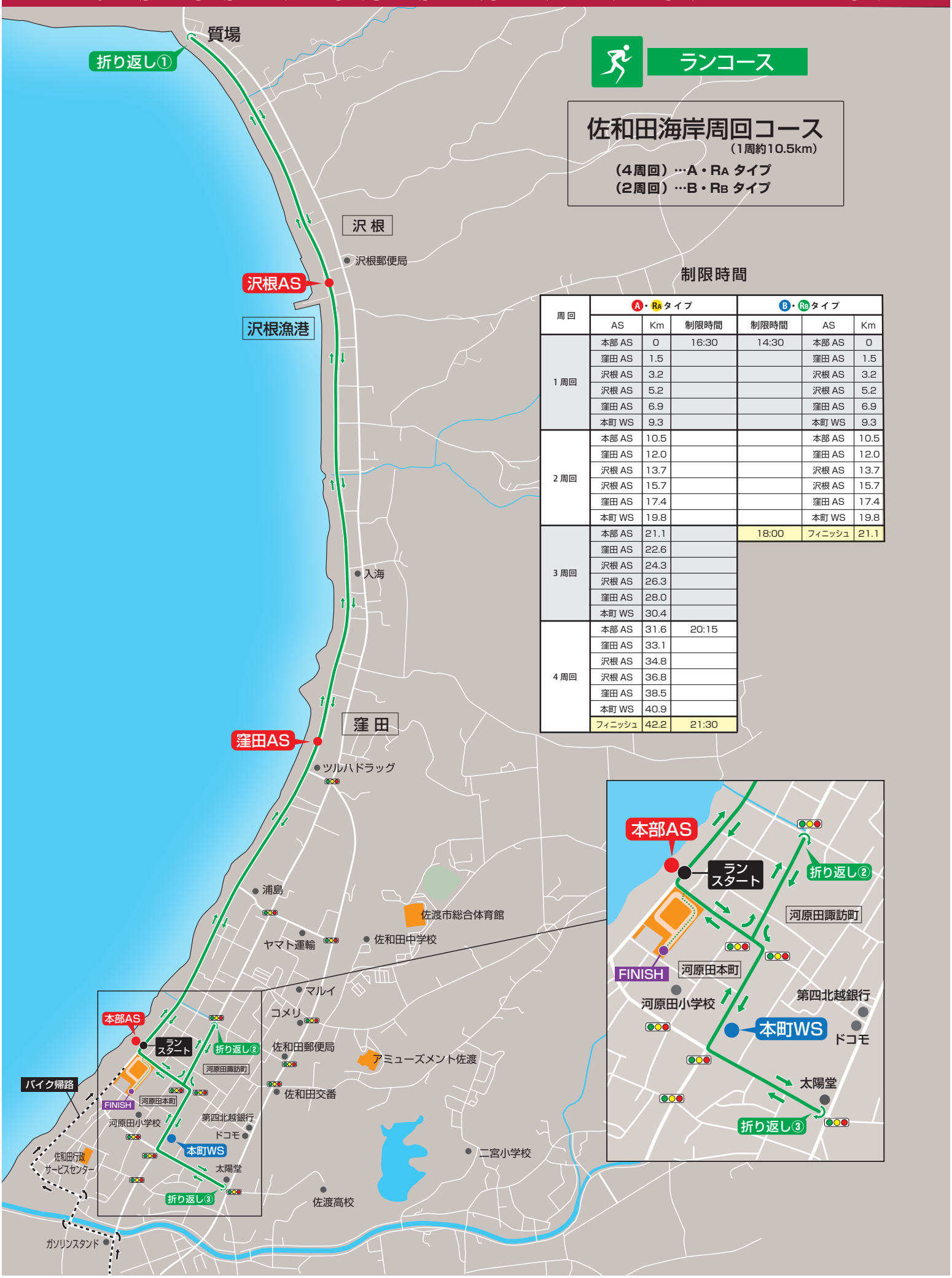
制限時間	バイクスタート	相川WS	高千AS	鷲崎AS	白瀬WS	水津AS	多田WS	小木AS	羽茂WS
A・RAタイプ	8：30	–	10：30	11：30	–	13：30	14：30	15：15	16：10
B・RBタイプ	9：20	–	–	–	–	–	–	–	–

2024 SADO ISLAND LONG DISTANCE INTERNATIONAL TRIATHLON

ランコース

佐和田海岸周回コース
（1周約10.5km）

（4周回）…A・RA タイプ
（2周回）…B・RB タイプ



制限時間

周回	A・RAタイプ AS	Km	制限時間	B・RBタイプ 制限時間	AS	Km
1周回	本部 AS	0	16:30	14:30	本部 AS	0
	窪田 AS	1.5			窪田 AS	1.5
	沢根 AS	3.2			沢根 AS	3.2
	沢根 AS	5.2			沢根 AS	5.2
	窪田 AS	6.9			窪田 AS	6.9
	本町 WS	9.3			本町 WS	9.3
2周回	本部 AS	10.5			本部 AS	10.5
	窪田 AS	12.0			窪田 AS	12.0
	沢根 AS	13.7			沢根 AS	13.7
	沢根 AS	15.7			沢根 AS	15.7
	窪田 AS	17.4			窪田 AS	17.4
	本町 WS	19.8			本町 WS	19.8
3周回	本部 AS	21.1		18:00	フィニッシュ	21.1
	窪田 AS	22.6				
	沢根 AS	24.3				
	沢根 AS	26.3				
	窪田 AS	28.0				
	本町 WS	30.4				
4周回	本部 AS	31.6	20:15			
	窪田 AS	33.1				
	沢根 AS	34.8				
	沢根 AS	36.8				
	窪田 AS	38.5				
	本町 WS	40.9				
	フィニッシュ	42.2	21:30			