

Goksjø triatlon

Sandefjord roklubb inviterer til uhøytidlig triatlon på Goksjø onsdag 7. august. Det konkurreres i klassene damer og herrer, kort og lang løype. Start kl. 18.30, påmelding fra 17.30–18.

Kort løype:

300 m svømming, ca 6 km. Sykling, 1.5 km løping

Lang løype:

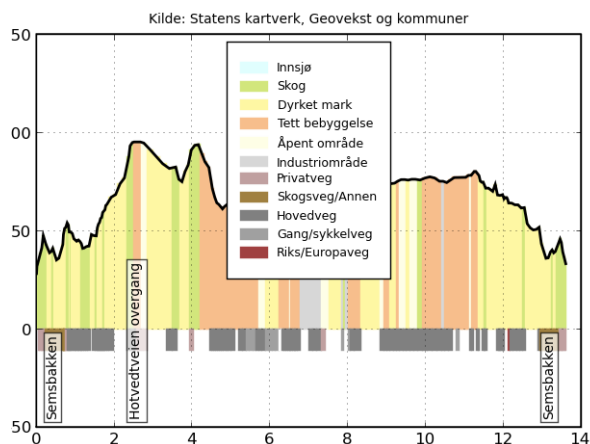
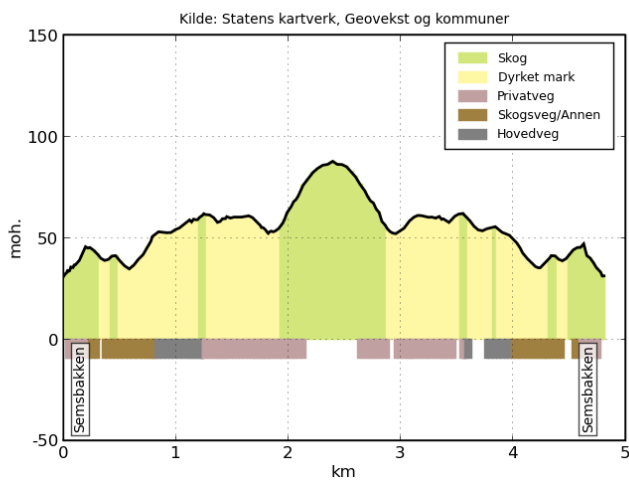
Svømming t/r tryteberget (ca. 600 m), sykling ca. 15 km, løping ca. 5 km

Det er ikke tillatt å ligge på hjul i sykkeldelen.





Løpe sykkel og løp. Kort løype løping snur ved avkjørselen ned til Goksjø



Høydeprofil lang løype, løping (t.v.) og sykling