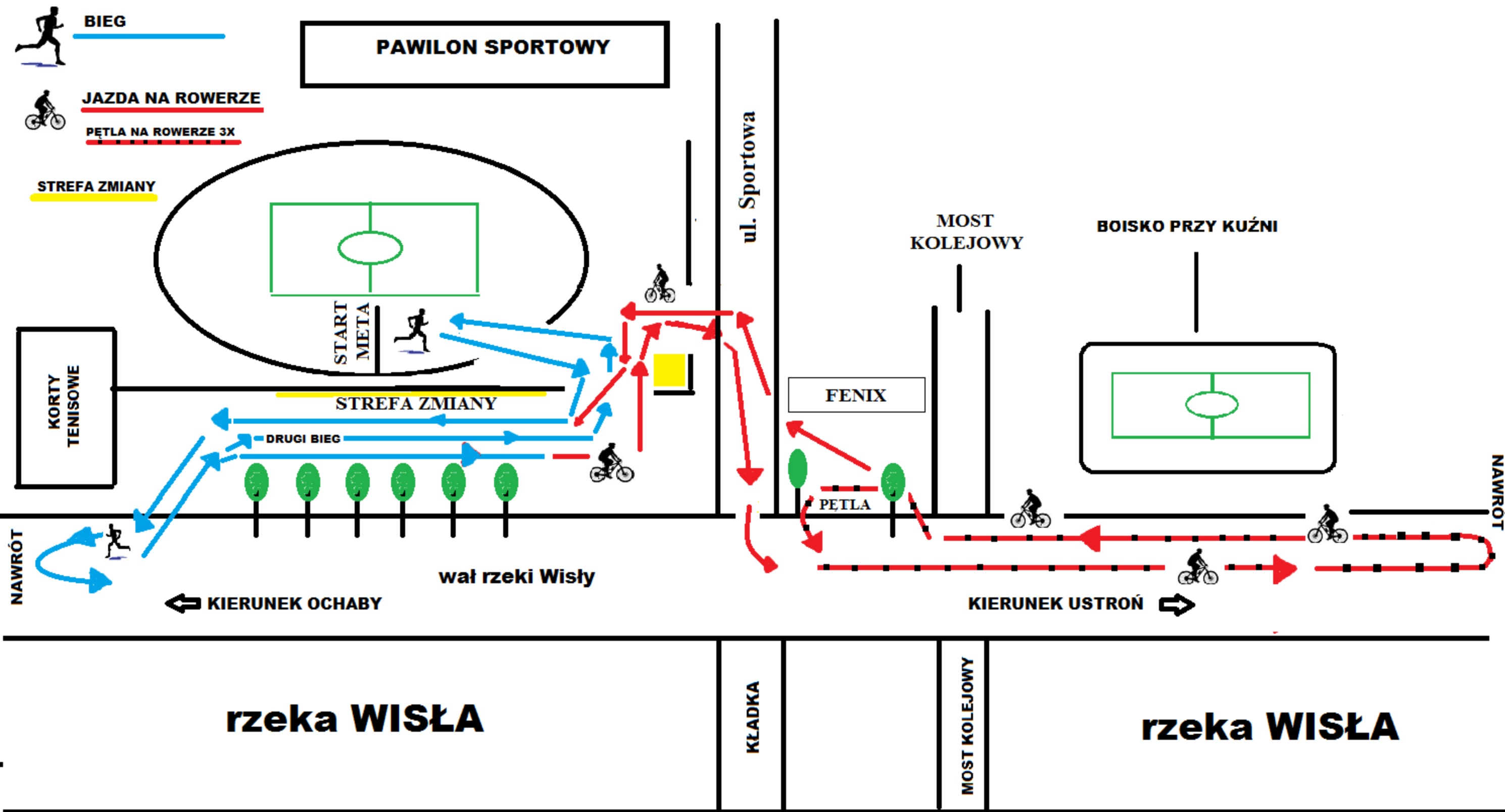


VII SKOCZOWSKI DUATHLON 2023

MAPA TRAS (roczniki 2005 i starsze)



Pierwszy bieg (3000m) rozpoczyna się na bieżni w stronę bocznej bramy, przez **strefę zmiany** wałem w kierunku Ochaby. Po dobiegnięciu do pachołka jest nawrót do **strefy zmiany** i rowerem pokonujemy dystans(ok.8200m). Boczną bramą wokół żółtego budynku kierujemy się w stronę kładki skręcając na ścieżkę rowerową w kierunku Ustronia. Na wale 223,5 m za „boiskiem przy kuźni” jest nawrót z powrotem gdzie przy dolnej drodze obok DPS ‘Fenix’(wokół pachołka) jest nawrót wjeżdżając po trawie na wał powtarzając tą pętlę 3 razy. Po ostatniej pętli w drodze powrotnej kierujemy się w stronę bramy głównej stadionu na **strefę zmiany** i biegniemy kolejny krótszy dystans (ok.1800m) . Po nawrocie tą samą trasą wbiegamy na stadion w kierunku mety.