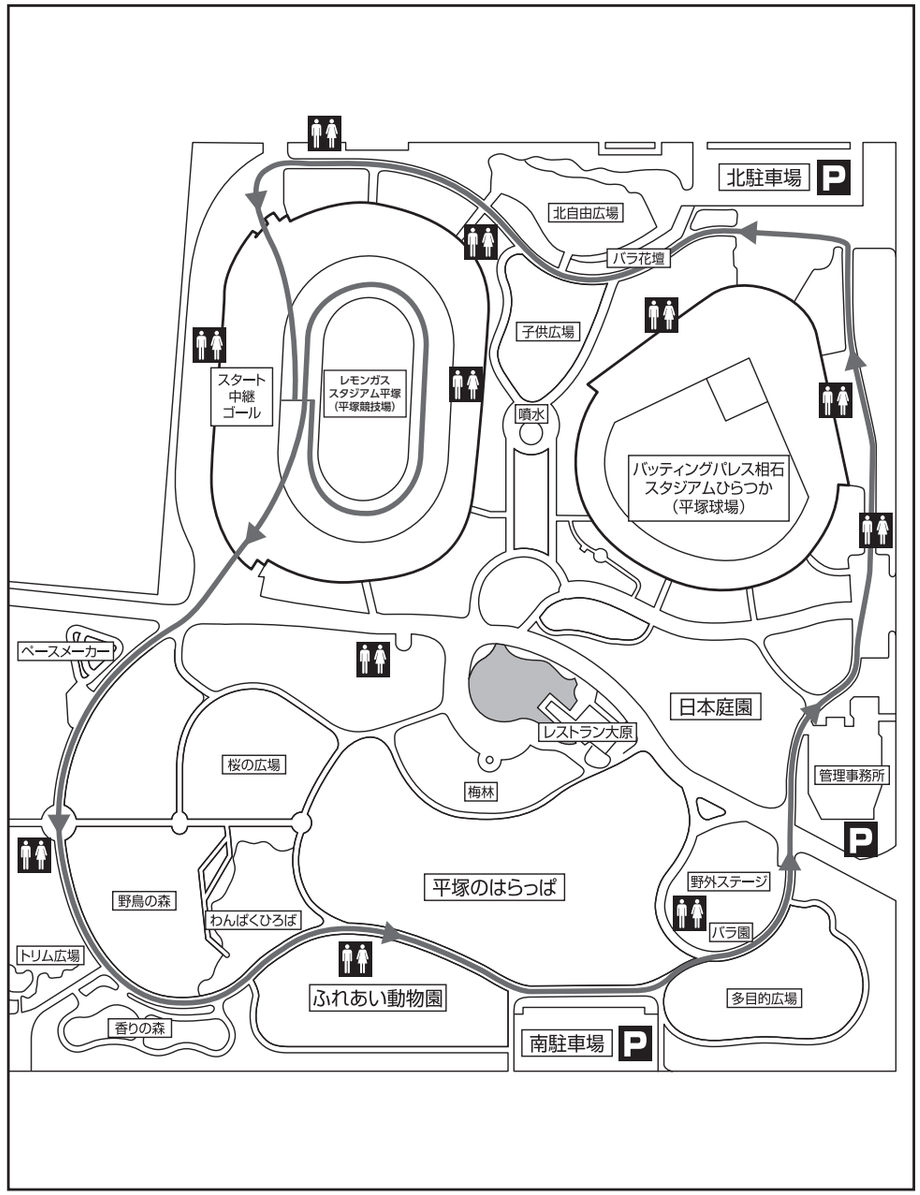
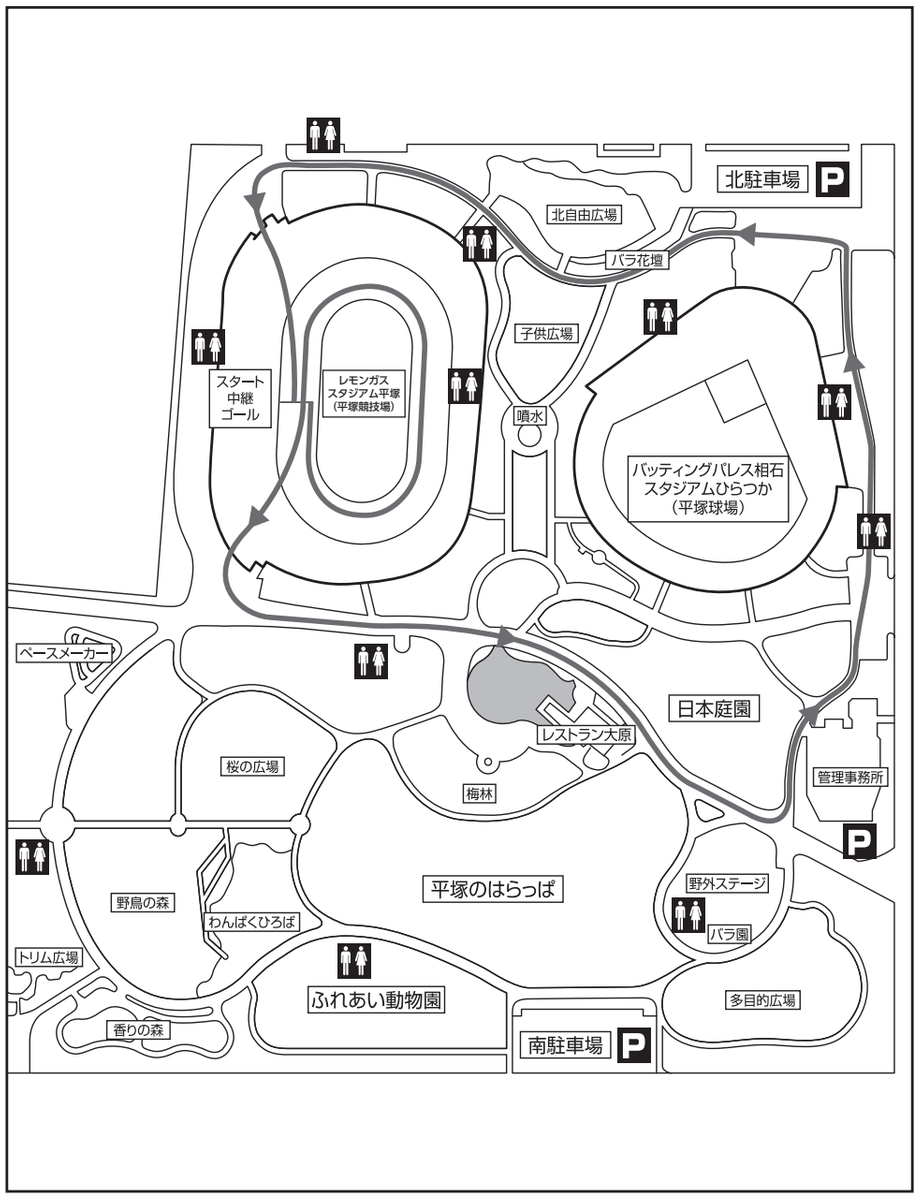
男子(男女混合)コース



※第1区はトラックを1周してから競技場を出て下さい。※第2～6区は競技場トラックの周回はありません。

女子コース



※第1区はトラックを1周してから競技場を出て下さい。※第2～6区は競技場トラックの周回はありません。