

יציאה ריצה

מעב לסיום

שער סיום



שטיפה



מעבר להחלפה

סיבוב שני

זינוק

ספרינט הקפה אחת

אולימפי שתי הקפות

14 - 15 הקפת צלע

250 מ

150 מ

250 מ

250 מ

