

Plan Kids 1 (K1)



Schwimmen (1 Bahn = 25m)
Rad (1 Runde = ca. 700 m)
Lauf (1 Runde = ca. 250 m)



Plan Kids 2 (K2)



- Schwimmen (2 Bahnen = 50 m)
- Rad (2 Runden = ca. 1,4 km)
- Lauf (2 Runden = ca. 400 m)



Plan Jugendliche (J)

Schwimmen (8 Bahnen = 200 m)

Rad (1 gr. Runde = ca. 7 km)

Lauf (1 gr. Runde = ca. 1,9 km)

