

Cross Triathlon :

6-8 ans

 50 m →  1 km →  300 m

9-11 ans

 100 m →  2 km →  900 m

12-14 ans

 200 m →  3 km →  1,5 km

15 ans et + / Adultes

 300 m →  6 km →  2,1 km

Cross Duathlon :

6-8 ans

 300 m →  1 km →  300 m

9-11 ans

 600 m →  2 km →  900 m

12-14 ans

 900 m →  3 km →  1,5 km

15 ans et + / Adultes

 1,5 km →  6 km →  2,1 km