

Löp & Simsträckor Easy Sprint 2017

Marstrand Swimrun



Location		Running	Swimming
Start Strandverket Marstrand (13:00 CET)			
Start - Växling 1	Start till Väx 1	3100	
Växling 1 Klippbadet	Väx 1 till Väx 2		275
Växling 2 Lotsbryggan	Väx 2 till Väx 3	195	
Time 1 Skallens Fyr			
Växling 3 Tådammarna	Väx 3 till Väx 4		50
Växling 4 Bullerkammaren	Väx 4 till Väx 5	540	
Växling 5 Västerhavet	Väx 5 till Väx 6		200
Växling 6 Nakenbadet	Väx 6 till Väx 7	860	
Växling 7 Jättegrytan	Väx 7 till Väx 8		170
Time 2 Stegelviken			
Växling 9 Badstranden	Väx 8 till Mål	860	
Mål Energi Vätska			
Total Distances (6 250 meters)		5555	695