

GRAN CANARIA SWIMRUN		
DISTANCIA SPRINT (m)		UBICACIÓN
RUN 1	600	PLAYA ALCARAVANERAS/NÁUTICO
SWIM 1	530	NÁUTICO/ARSENAL
RUN 2	1.180	ARSENAL
SWIM 2	410	ARSENAL/MUELLE STA. CATALINA
RUN 3	3.100	MUELLE STA. CATALINA/MUELLE DEPORTIVO/PLAYA ALCARAVANERAS
SWIM 3	470	PLAYA ALCARAVANERAS
RUN 4	350	PLAYA ALCARAVANERAS/NÁUTICO
SWIM 4	530	NÁUTICO/ARSENAL
RUN 5	1.180	ARSENAL
SWIM 5	410	ARSENAL/MUELLE STA. CATALINA
RUN 6	3.100	MUELLE STA. CATALINA/MUELLE DEPORTIVO/PLAYA ALCARAVANERAS
SWIM 6	470	PLAYA ALCARAVANERAS
RUN 7	250	PLAYA ALCARAVANERAS
TOTAL	12.580	

TOTAL RUN	9.760	78%
TOTAL SWIM	2.820	22%
TOTAL SPRINT	12.580	