



# Quadrathlon Sprint & Staffel

0,75 km Schwimmen/swim - 20 km Rad/bike - 4,6 km Kajak/kayak - 5 km Laufen/run





# Quadrathlon Sprint & Staffel

0,75 km Schwimmen/swim - 20 km Rad/bike - 4,6 km Kajak/kayak - 5 km Laufen/run

