

●男子1区 (10km)



A 地点スタート～B 地点ゴール

①934m × 2周 + ②5.0 km + ③3.195 km - 63m

●男子2区 (3km)



B 地点スタート～B 地点ゴール

④3.0 km

●男子3区 (8.195km)



B地点スタート～B地点ゴール
②5.0km + ③3.195km

●男子4区 (8km)



B地点スタート～B地点ゴール
②5.0km + ④3.0km

●男子5区 (3 km)



B 地点スタート～B 地点ゴール
④3.0 km

●男子6区 (5 km)



B 地点スタート～B 地点ゴール
②5.0 km

●男子7区 (5 km)



B地点スタート～B地点ゴール

②5.0 km