

【男子】

1区 S→A→B→C→D→E→A→B→C→D→E→F→G

3区・4区・6区 G→A→B→C→D→E→A→B→C→D→E→F→G

2区・5区 G→A→B→C→D→E→F→G

1区	2区	3区	4区	5区	6区	合計
2.56 km	1.39 km	2.57 km	2.57 km	1.39 km	2.57 km	13.05 km

【女子】

1区 S→A→B→C→D→E→A→B→C→D→E→F→G

2区・3区・4区 G→A→B→C→D→E→F→G

5区 G→A→B→C→D→E→A→B→C→D→E→F→G

1区	2区	3区	4区	5区	合計
2.56 km	1.39 km	1.39 km	1.39 km	2.57 km	9.3 km

