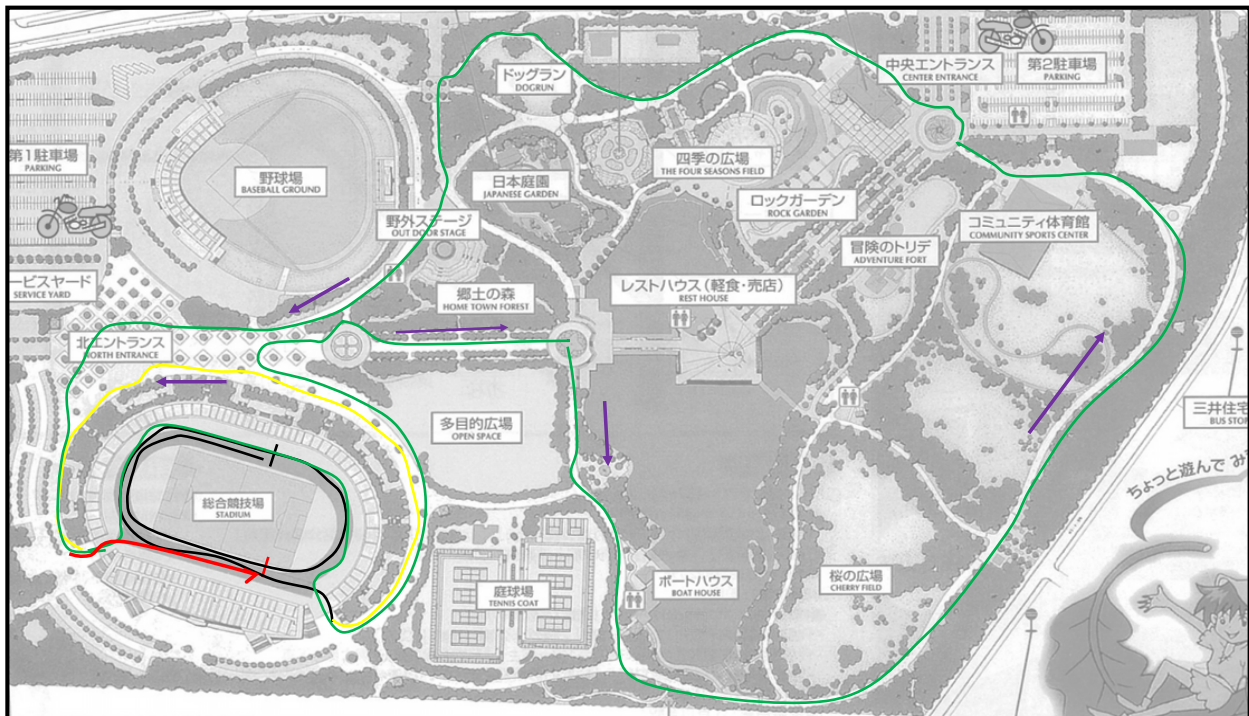




1. スタート後トラックを一周と半します。コース黒
2. 競技場を出て、競技場外周を一周します。コース 黄色
3. 競技場に入り、トラックを逆走し(バックストレート)、再び競技場の外へ コース緑 を3周しま
4. 緑のコースを3周し、競技場内に入りそのままゴールに向かいます。コース赤