



Natation : 25 min pour 1500 m à une vitesse de 60 m/min



Cyclisme : 1 h 15 min pour 40 km à une vitesse de 32 km/h



Course à pieds : 45 min pour 10 km à une vitesse de 4 min 30 s/km

3 épreuves : 25 min + 1 h 15 min + 45 min + 2 x 3 min = 2 h 31 min
11 h + 2 h 31 min = 13 h 31 min

Ce participant arrivera à 13h31min.