中国铁人三项运动协会

小铁人技术等级标准

（试行）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **比赛距离** | **技术等级** | **男子** | **女子** |
| **短距离**游泳0.5公里自行车10公里跑步2.5公里 | **健将** | **36分内** | **42分内** |
| **一级** | **36分（含）-40分** | **42分（含）-46分** |
| **二级** | **40分（含）-44分** | **46分（含）-50分** |
| **三级** | **44分（含）-47分** | **50分（含）-53分** |
| **四级** | **47分（含）-50分** | **53分（含）-56分** |
| **超短距离**游泳0.3公里自行车6.4公里跑步1.6公里 | **健将** | **27分内** | **29分内** |
| **一级** | **27分（含）-29分** | **29分（含）-31分** |
| **二级** | **29分（含）-31分** | **31分（含）-33分** |
| **三级** | **31分（含）-32分** | **33分（含）-34分** |
| **四级** | **32分（含）-33分** | **34分（含）-35分** |
| **迷你距离**游泳0.1公里自行车3.2公里跑步0.8公里 | **健将** | **15分内** | **15分内** |
| **一级** | **15分（含）-16分** | **15分（含）-16分** |
| **二级** | **16分（含）-17分** | **16分（含）-17分** |
| **三级** | **17分（含）-18分** | **17分（含）-18分** |
| **四级** | **18分（含）-19分** | **18分（含）-19分** |