**附件2：2020年全国比赛日程框架和赛事序列**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **比赛名称/站数/时间** | **比赛形式** | **参赛年龄**  **参赛规模** | **比赛距离** | **比赛场地** |
| 1 | 全国锦标暨青少年锦标赛  1站  10月或11月份 | 铁人三项 | 锦标赛：18岁及以上；  青少年锦标赛：12～19岁；  200至300人 | 全程：游泳1.5公里，自行车40公里，跑步10公里  半程：游泳0.75公里，自行车20公里，跑步5公里  短距离：游泳0.5公里，自行车10公里，跑步2.5公里  超短距离：游泳0.3公里，自行车6.4公里，跑步1.6公里  游跑两项：游泳0.3公里，跑步1.6公里  混合接力：游泳0.3公里，自行车6.4公里，跑步1.6公里 | 自然水域，公路 |
| 2 | 全国冠军赛暨U系列冠军赛  3站  4至11月份 | 铁人三项 | 冠军赛：18岁及以上；  U系列冠军赛：12～19岁；  200至300人 | 同上 | 同上 |
| 3 | 中国铁人三项联赛  6至8站  4至11月份 | 铁人三项 | 16岁及以上；  500至1000人 | 全程：游泳1.5公里，自行车40公里，跑步10公里  半程：游泳0.75公里，自行车20公里，跑步5公里  混合接力：游泳0.3公里，自行车6.4公里，跑步1.6公里 | 自然水域，公路 |
| 4 | 中国越野铁人三项系列赛  3至5站  4至11月份 | 越野铁人三项 | 16岁及以上  300至800人 | 游泳1-1.5公里，山地自行车20-30公里，越野跑6-10公里  \*比赛距离可根据场地和客观条件灵活调整 | 自然水域，山地道路，  沙漠，戈壁 |
| 5 | 中国小铁人系列赛  5至7站  4至11月份 | 铁人三项 | 13岁及以下；  500至800人 | 短距离：游泳0.5公里，自行车10公里，跑步2.5公里  超短距离：游泳0.3公里，自行车6.4公里，跑步1.6公里  迷你距离：游泳0.1公里，自行车3.2公里，跑步0.8公里 | 游泳池或自然水域  园区道路或公路  田径场，园区道路或公路 |
| 6 | 中国冬季铁人三项系列赛  2至3站  1至3月份 | 冬季铁人三项 | 16岁及以上  100至300人 | 越野跑3-4公里，山地自行车5-6公里，越野滑雪5-6公里  \*比赛距离可根据场地和客观条件灵活调整 | 雪地，公路 |
| 7 | 中国场地铁人三项系列赛  5至7站  4至11月份 | 场地铁人三项 | 16岁及以上  200至600人 | 游泳，自行车，跑步  \*比赛距离可根据场地和客观条件灵活调整 | 游泳池  园区道路  田径场或园区道路 |
| 8 | 中国长距离铁人三项系列赛 | 长距离铁人三项 | 20岁以上  300至800人 | 游泳2公里以上，自行车80公里以上，跑步20公里以上 | 自然水域，公路 |
| 9 | 中国室内铁人三项系列赛 | 室内铁人三项 | 16岁以上  200至600人 | 游泳，自行车，跑步  \*比赛距离可根据场地和客观条件灵活调整 | 游泳池、骑行台、跑步机 |
| 10 | 中国铁人两项系列赛 | 铁人两项 | 16岁以上  300至800人 | 骑跑两项（跑步5-10公里，自行车30-40公里，跑步5公里）  游跑两项（游泳1公里，跑步5公里）  游骑两项（游泳1.5公里，自行车40公里）  \*比赛距离可根据场地和客观条件灵活调整 | 自然水域，公路 |
| 11 | 其他形式或主题的全国性铁人三项比赛 | 形式多样 | 16岁及以上 | 游泳，自行车/山地自行车，跑步/越野跑，皮划艇/漂流等  \*比赛距离可根据场地和客观条件灵活调整 | 自然水域/溪流，公路/山地道路，森林等 |