



十公里路線 (10 km)  
Percurso de 10K  
10K Course

路線  
Percurso / Course

-  水站  
Bebidas / Drinks Station
-  救護站  
Primeiros Socorros /  
First Aid Station
-  流動洗手間  
Casa de Banho Portáteis /  
Mobile Toilet

