Bonus course à pied	5 km	10 km	15 km	semi	marathon	>45 km	>75 km
pts bonus	2	5	10	20	40	80	150
pts min	30	20	10	5	2,5	2	1
Bonus Dua Tri	Super Sprint	Sprint	CD	LD	IM		
pts bonus	5	15	30	50	150		
pts min	20	10	5	2,5	1		
Bonus Velo	< 60 km	60 à 80 km	80 km à 100 km	100 à 120 km	120 à 150 km	150 km à 180 km	> 180 km
pts bonus	5	10	15	30	50	100	200
pts min	30	15	10	5	2,5	1	0,5

Calcul	(150 +/- (Ecart temps en min * pts min)) + bonus

ex 10 km course à pied	
ref (150 ème / 300)	50'56
mon temps	45'59
ecart temps en min (+)	5'
pts ref	150
pts min	20
bonus	5
total	255