

## Løyper og runder

<b>Klasse</b>	<b>Starttid</b>	<b>Løype</b>	<b>Runder</b>	<b>Merknad</b>
G12	12.00	2 km	1x2 km	15 sek. intervall
G11		2 km	1x2 km	15 sek. intervall
J 12		2 km	1x2 km	15 sek. intervall
J 11		2 km	1x2 km	15 sek. intervall
G14	12.25	3 km	1x3 km	Fellesstart
G 13	12.30	3 km	1x3 km	Fellesstart
J 14	12.35	3 km	1x3 km	Fellesstart
J 13	12.40	3 km	1x3 km	Fellesstart
G 16	12.45	5 km	3+2 km	Fellesstart
G 15	12.50	5 km	3+2 km	Fellesstart
J 16	12.55	5 km	3+2 km	Fellesstart
J 15	13.00	5 km	3+2 km	Fellesstart
K 17	13.05	5 km	3+2 km	Fellesstart
K 18	13.05	5 km	3+2 km	Fellesstart
K19-20	13.10	10 km	3x3 km	Fellesstart
K Sen	13.10	10 km	3x3 km	Fellesstart
M 17	13.15	10 km	3x3 km	Fellesstart
M 18	13.20	10 km	3x3 km	Fellesstart
M 19-20	13.25	15 km	4x4 km	Fellesstart
M sen	13.30	15 km	4x4 km	Fellesstart