

Kjøreplan startliste 2016:

- Første startende kl 10.30
- 15 sek mellom hver startende

Klasse	Distanse KLASSISK	Tidsskjema Start	Premieutdeling ca-tider
M Senior	5 x 2 km	10:30	11:30
K Senior	5 x 2 km	10:31	11:30
M18	5 x 2 km	10:31	11:30
K18	3 x 2 km	10:32	11:30
M17	5 x 2 km	10:32	11:35
K17	3 x 2 km	10:32	11:35
G16	3 x 2 km	10:33	11:45
J16	3 x 2 km	10:41	11:50
G15	3 x 2 km	10:45	12:00
J15	3 x 2 km	11:01	12:05
G14 Sp.b 1-cup	2 x 2 km	11:12	12:20
J14 Sp.b 1-cup	2 x 2 km	11:26	12:35
G13 Sp.b 1-cup	2 x 2 km	11:37	13:05
J13 Sp.b 1-cup	2 x 2 km	11:57	13:15
G12	2 km	12:45	13:55
J12	2 km	13:01	14:10
G11	2 km	13:19	14:15
J11	2 km	13:41	14:25
G10	2 km	13:56	Direkte etter målgang
J10	2 km	14:11	Direkte etter målgang
G9	1,3 km	14:34	Direkte etter målgang
J9	1,3 km	14:49	Direkte etter målgang
G8	1,3 km	15:03	Direkte etter målgang
J8	1,3 km	15:13	Direkte etter målgang

Miljøprofil:

Vi satser på miljøprofil og deler ikke ut startlister.

Disse er lett tilgjengelig på www.lil.no og på terminlisten til Akershus skikrets.

Premieutdeling 20-30 minutter etter siste løper i hver klasse.