

Lørdag, sprint	Tot. lengde	løyper	Strafferunde	Skyting
Nybyrjarar 10 år og yngre	2	0,7 - 0,7 - 0,7	100m	L,L
Nybyrjarar 11 år	3	1,0 - 0,7 - 1,0	100m	L,L
Nybyrjarar 12 år	3	1,0 - 0,7 - 1,0	100m	L,L
J/G 11-12 år	3	1,0 - 1,0 - 1,0	100m	L,L
J/G 13-14 år	4	1,5 - 1,0 - 1,5	100m	L,L
J 15-16 år	4,5	1,5 - 1,5 - 1,5	100m	L,L
G 15-16 år	6	2,0 - 2,0 - 2,0	100m	L,L
K 17-19	6	2,0 - 2,0 - 2,0	150m	L,S
M17-19	7,5	2,5 - 2,0 - 2,5	150m	L,S
K 20-22 og K senior	7,5	2,5 - 2,5 - 2,5	150m	L,S
M 20-22 og M senior	7,5	2,5 - 2,5 - 2,5	150m	L,S

Normal/Fellestart	Tot. Lengde	Løype	Skyting	
Nybyrjarar 10 år og yngre	2	0,7 - 0,7 - 0,7	L,L	
Nybyrjarar 11 år	3	1,0 - 1,0 - 1,0	L,L	
Nybyrjarar 12 år	3	1,0 - 1,0 - 1,0	L,L	
J/G 11-12 år	3	1,0 - 1,0 - 1,0	L,L	
J/G 13-14 år	4,5	1,5 - 1,5 - 1,5	L,L	
J 15-16 år	5,5	2,0 - 1,5 - 2,0	L,L	
G 15-16 år	7	2,5 - 2,0 - 2,5	L,L	
K 17-19	10	2,0 - 2,0 - 2,0 - 2,0 - 2,0	L,L,S,S	
M17-19	15	2,5 - 2,5 - 2,5 - 2,5 - 2,5	L,L,S,S	
K 20-22 og K senior	15	2,5 - 2,5 - 2,5 - 2,5 - 2,5	L,L,S,S	
M 20-22 og M senior	15	2,5 - 2,5 - 2,5 - 2,5 - 2,5	L,L,S,S	