

Oversikt sløyfer og løyper

Sprint	Runde 1	Runde 2	Runde 3	Runde 4	Runde 5	Totalt
K17,K18 og K19	2,0 km	2,0 km	2,0 km			6 km
K20/21	2,5 km	2,5 km	2,5 km			7,5 km
M17,M18 og M19	2,5 km	2,5 km	2,5 km			7,5 km
K senior	2,5 km	2,5 km	2,5 km			7,5 km
M20/21	3,3 km	3,3 km	3,3 km			10 km
M senior	3,3 km	3,3 km	3,3 km			10 km
Fellesstart						
K17,K18 og K19	1,5 km	1,5 km	1,5 km	1,5 km	1,5 km	7,5 km
K20/21	2,5 km	2,5 km	2,5 km	2,5 km	2,5 km	12,5 km
M17,M18 og M19	2,0 km	2,0 km	2,0 km	2,0 km	2,0 km	10 km
K senior	2,5 km	2,5 km	2,5 km	2,5 km	2,5 km	12,5 km
M20/21	2,5 km	2,5 km	2,5 km	2,5 km	2,5 km	12,5 km
M senior	3 km	3 km	3 km	3 km	3 km	15 km

[illegible]