



HVALSTJERN SKISTADION KM

NORMALPROGRAM

LØRDAG 14. FEB 2017

Løypeprogram:

Vendepunkter (VP) er markert med vendeskilt

VP-A - løypelengde ca. 500 m

VP-B - løypelengde ca. 750 m

VP-C - løypelengde ca. 1000 m

RØD LØYPE - 1,8 km

Alle vendinger inne på skistadion og ut i startsporet

Jenter/Gutter nybegynnerklasse – stor blink/støtte

- tot. løypelengde ca. 2,5 km

VP-C	5 ligg	VP-A	5 ligg	VP-C	MÅL
------	--------	------	--------	------	-----

Jenter/Gutter 11-12 år – liten blink / støtte - tot. løypelengde ca. 3 km

VP-C	5 ligg	VP-C	5 ligg	VP-C	MÅL
------	--------	------	--------	------	-----

Jenter/Gutter 13-14 år – tot. løypelengde ca. 4,4 km

RØD 1,8	5 ligg	VP-B	5 ligg	RØD 1,8	MÅL
----------------	--------	------	--------	----------------	-----

Jenter/Gutter 15-16 år – tot. løypelengde 6,15 km

RØD 1,8	5 ligg	VP-C	5 ligg	2 x RØD 1,8	MÅL
----------------	--------	------	--------	--------------------	-----

Kvinner 17, Kvinner 18-19 - tot. løypelengde 9 km

RØD 1,8	5 ligg	RØD 1,8	5 stå	RØD 1,8	5 ligg	RØD 1,8	5 stå	RØD 1,8	MÅL
----------------	--------	----------------	-------	----------------	--------	----------------	-------	----------------	-----

Kvinner 20-21, Kvinner senior, Menn 17, Menn 18-19 - tot. løypelengde 10,8 km

RØD 1,8	5 ligg	RØD 1,8	5 stå	RØD 1,8	5 ligg	RØD 1,8	5 stå	2xRØD 1,8	MÅL
----------------	--------	----------------	-------	----------------	--------	----------------	-------	------------------	-----

Menn 20-21, Menn senior – tot. løypelengde 18 km

2 x RØD 1,8	5 ligg	2 x RØD 1,8	5 stå	2 x RØD 1,8	5 ligg	2 x RØD 1,8	5 stå	2xRØD 1,8	MÅL
--------------------	--------	--------------------	-------	--------------------	--------	--------------------	-------	------------------	-----