*Info KM langrenn 13-14 mars 2021*

Lørdag

Løypelengder

G/J 11-12 år: 2 km

G/J 13-14 år: 3 km

G/J 15-16 år: 5 km

K 17-K 18-K 19/20-M17-M18: 10 KM (2x 5 km )

M 19/20: 15 km (3x5 km)

Tidsskjema lørdag

Kohort 1 slipper inn i kohort/stadion: 10.45

Første start kohort 1: 12.00

Siste løper i mål kohort 1: 13.20

Alle fra kohort 1 skal være ute av kohort/stadion: 13.40

Kohort 2 slipper inn i kohort/stadion: 14.00

Første start kohort 2: 15.00

Siste løper i mål: 16.10

Stafettpåmelding:

Legg inn etappeoppsett i sportsadm.

Deadline lørdag kl. 16.00 for 11-12 år og 13-16 år

Deadline lørdag kl. 18.00 for Juniorlag

**Arrangør setter STOR pris på at stafettlagene meldes inn tidligst mulig.**

Søndag:

Tidsskjema og løypelengder

09.00: Kohort/stadion åpnes

10.00: G/J 11-12 år: 2x2x1,5 km, Fri teknikk alle etapper

10.40: G 13-16/G 13-16 mix: 3x3 km, Klassisk-fri-fri

11.30: J 13-16/J 13-16 mix: 3x3 km, Klassisk-fri-fri

12.20: M jun/M jun mix/K jun/K jun mix: 3x5 km, Klassisk-fri-fri

Startnummer søndag: Hvert lag har en lagspose. Utleveres i inngang til kohort/stadion