

Klasse	Start	Løype	Runde distanse	Runder	Total distanse	Forventet vinnertid	Vinner i mål	Seremoni
<i>Lagledermøte tidlig startende kl 08:15</i>								
<i>Trening til kl 08:50</i>								
M 8-9 og K 8-9	09:00	Grønn	1.1	2	2.2	00:12	09:12	09:30
M 6-7 og K 6-7	09:00	Grønn	1.1	1	1.1	00:08	09:08	
M 10 og K 10	09:30	XCC	1.3	2	2.6	00:09	09:39	10:05
M 11-12	09:50	XCC	1.3	3	2.6	00:13	10:03	10:30
K 11-12	10:05	XCC	1.3	3	2.6	00:13	10:18	
M 13-14	10:25	XCC	1.3	4	5.2	00:15	10:40	11:45
K 13-14	10:45	XCC	1.3	4	5.2	00:17	11:02	
M 15-16	11:10	XCC	1.3	5	6.5	00:18	11:28	
M Master 30-34 og 35-39	11:40	XCC	1.3	5	6.5	00:18	11:58	12:15
M Master 40-44 og 45-49	11:40	XCC	1.3	5	6.5	00:18	11:58	
M Master 50-54 og 55-59	11:40	XCC	1.3	5	6.5	00:18	11:58	
M Master 60-64 og 65-69	11:40	XCC	1.3	4	5.2	00:18	11:58	
M Master 70+	11:40	XCC	1.3	4	5.2	00:18	11:58	
M Sport 17+	11:40	XCC	1.3	4	5.2	00:18	11:58	
<i>Lagledermøte 12:20 for startende kl 12:50 og senere</i>								
<i>Trening fra kl 12:10 til kl 12:45</i>								
K Elite	12:50	XCC	1.3	6	7.8	00:22	13:12	13:50
K Junior	13:20	XCC	1.3	5	6.5	00:19	13:39	
K 15-16	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:15	14:00	14:15
K Master 30-34 og 35-39	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:18	14:03	
K Master 40-44 og 45-49	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:18	14:03	
K Master 50-54 og 55-59	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:19	14:04	
K Master 60-64 og 65-69	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:22	14:07	
K Master 70+	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:22	14:07	
K Sport 17+	13:45	XCC	1.3	4	5.2	00:19	14:04	
M Junior	14:15	XCC	1.3	6	9.1	00:20	14:35	15:15
M Elite	14:45	XCC	1.3	7	10.4	00:23	15:08	