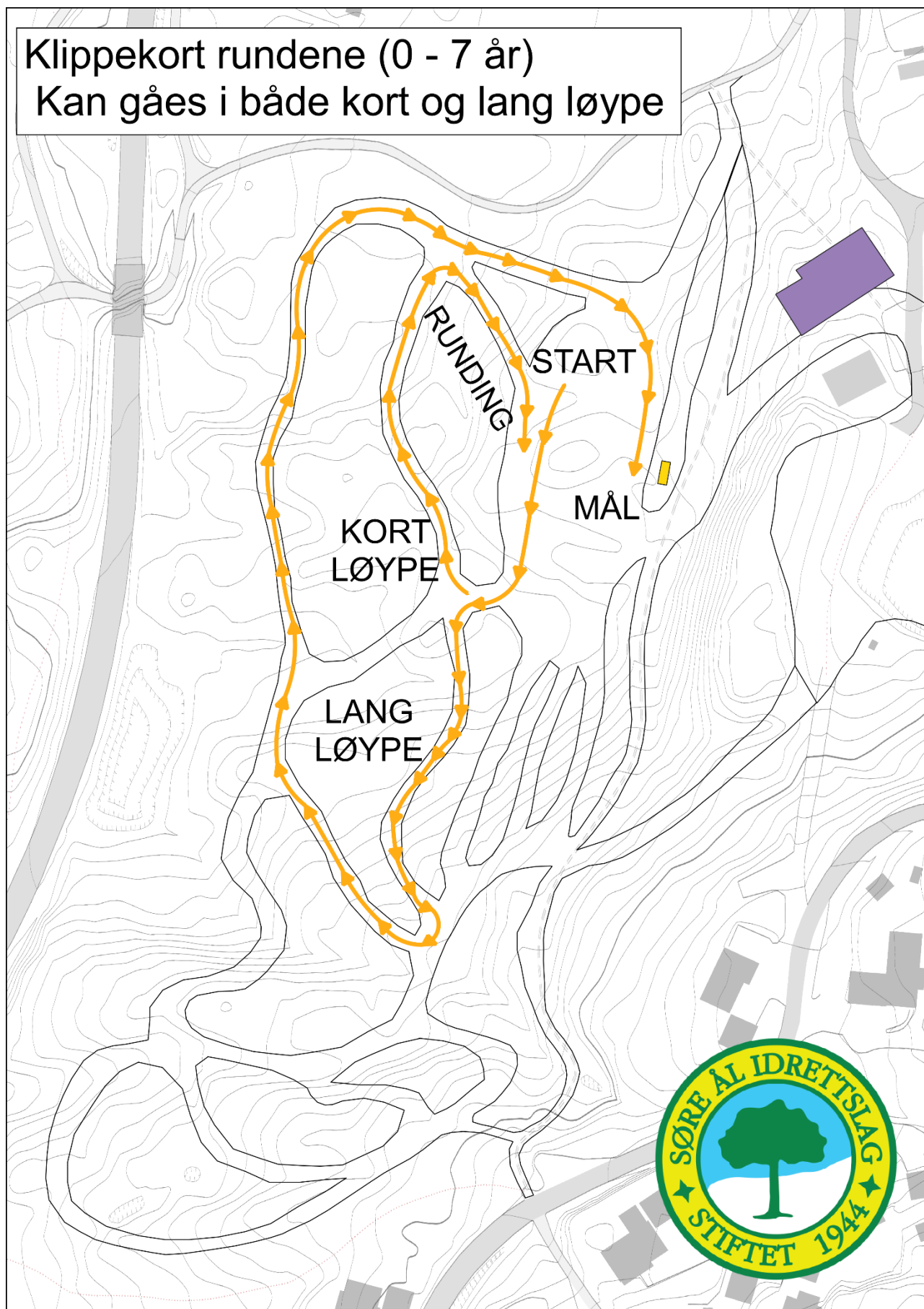
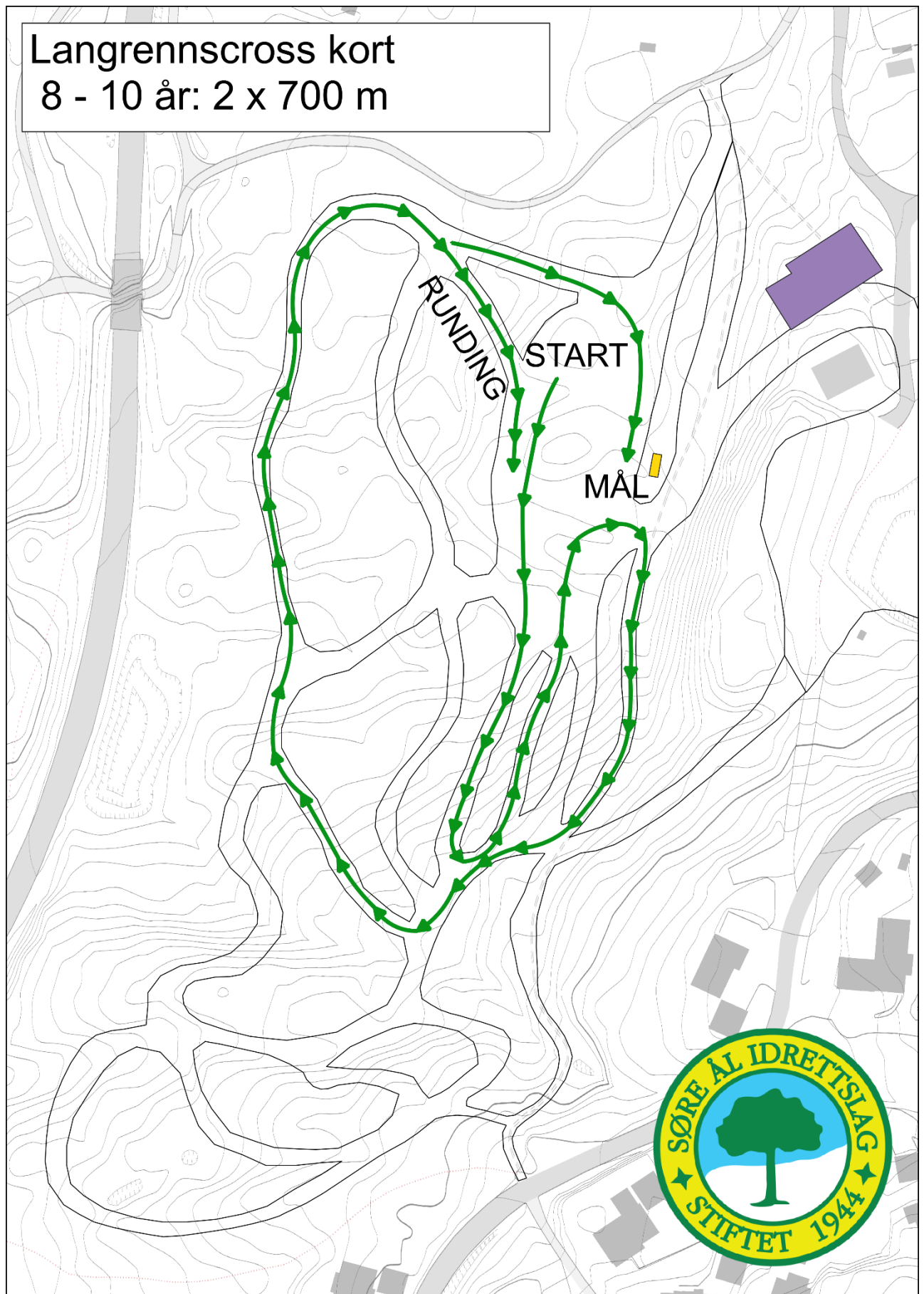


Klippekort rundene (0 - 7 år)
Kan gåes i både kort og lang løype



Langrennscross kort
8 - 10 år: 2 x 700 m



Langrennscross mellomlang 11 - 12 år: 2 x 1000 m

OBS! Kryssing i løypa.
Løpere må først ta en
runde inn i "skogen"
før de fortsetter til
runding



RUNDING

START

MÅL



Langrennscross lang

13 - 14 år: 2 x 1500 m

15 år og eldre: 3 x 1500 m

OBS! Kryssing i løypa.
Løpere må først ta en
runde inn i "skogen"
før de fortsetter til
runding

