

## Nordlandscup 2016/2017 og distanser

			Dato	Arrangør	Type renn (stilart)
NC1			09.12.17	Bossmo & Ytteren IL	Klassisk (normal)
NC2			10.12.17	Bossmo & Ytteren IL	Friteknikk (normal)
NC3	KM del 1		27.01.18	Fauske IL	Klassisk (lange distanse)**)
NC4	KM del 1		28.01.18	Fauske IL	Friteknikk (normal)*)
NC5			10.02.18	Halsøy IL	Friteknikk (lange distanser)**)
NC6			11.02.18	Halsøy IL	Klassisk (normal)*)
NC7	KM del 2	Tour de Nordland	06.04.18	Innstrandens IL	Sprint (fri)
NC8	KM del 2	Tour de Nordland	07.04.18	Innstrandens IL	Skiathlon fra 13 år
		Tour de Nordland	08.04.18	Innstrandens IL	Motbakkeløp (jaktstart fra 13 år) fristil

### NB!

\*) Stilart på lange distanser skal byttes hvert år. Ettersom det var fristil i 2017 blir det byttet til klassisk på NC3/KM del 1 i Fauske 27.01. og tilsvarende for NC6 i Halsøy, hvor det da blir lange distanser i fristil.

\*\*\*) Stilart for NC4 og NC5 blir da også endret til hhv. Klassisk og Friteknikk

### Distanser NC1 og NC2 – Bossmo & Ytteren IL

Kvinner			Menn	
Klasse	Lengde (km)		Klasse	Lengde (km)
J8 – 10 år	1		G8 – 10 år	1
J11 – 12 år	2		G11 – 12 år	2
J13 – 14 år	3		G13 – 14 år	3
J15 – 16 år	5		G15 – 16 år	5
K17 – sen	5		M17 – sen	10

### Distanser NC3 og NC6 – lange løp (KM klassisk Fauske IL og fristil Halsøy IL)

Kvinner			Menn	
Klasse	Lengde (km)		Klasse	Lengde (km)
J 8 år	1		G 8 år	1
J 9 år	1		G 9 år	1
J 10 år	1		G 10 år	1
J 11 år	2		G 11 år	2

J 12 år	2		G 12 år	2
J 13 år	3,5		G 13 år	3,5
J 14 år	3,5		G 14 år	3,5
J 15 år	5		G 15 år	5
J 16 år	7,5		G 16 år	7,5
K 17 år	10		M 17 år	15
K 18 år	10		M 18 år	15
K 19/20 år	15		M 19/20 år	20
Kvinner Senior	15		Menn senior	20

### Distanser NC4 og NC5 – normale\*) (KM fristil Fauske IL og klassisk Halsøy IL)

\*) NB! Hensyntatt at en av dagene har et renn med lengre distanser

Kvinner			Menn	
Klasse	Lengde (km)		Klasse	Lengde (km)
J 8 år	1		G 8 år	1
J 9 år	1		G 9 år	1
J 10 år	1		G 10 år	1
J 11 år	2		G 11 år	2
J 12 år	2		G 12 år	2
J 13 år	3		G 13 år	3
J 14 år	3		G 14 år	3
J 15 år	5		G 15 år	5
J 16 år	5		G 16 år	5
K 17 år	5		M 17 år	7,5
K 18 år	5		M 18 år	7,5
K 19/20 år	5		M 19/20 år	10
Kvinner Senior	5		Menn senior	10

### Distanser NC7 Sprint fristil \*\*\*) (KM del 2 Innstrandens IL)

\*\*\*) Distanser ihht. rennreglement. Sprint fra 12 år og eldre. Sonerenn fra 11 år og yngre.

Prolog og heat for alle årsklasser fra 12 år og eldre

Kvinner			Menn	
Klasse	Lengde (km)		Klasse	Lengde (km)
J 8 år	1		G 8 år	1
J 9 år	1		G 9 år	1
J 10 år	1		G 10 år	1
J 11 år	1		G 11 år	1

J 12 år	500 m		G 12 år	500 m
J 13 år	500 m		G 13 år	500 m
J 14 år	500 m		G 14 år	500 m
J 15 år	500 m		G 15 år	500 m
J 16 år	500 m		G 16 år	500 m
K 17 år	1 600 m		M 17 år	1 600 m
K 18 år	1 600 m		M 18 år	1 600 m
K 19/20 år	1 600 m		M 19/20 år	1 600 m
Kvinner Senior	1 600 m		Menn senior	1 600 m

### Distanser NC8 Skiathlon (KM del 2 Innstrandens IL)

Kvinner			Menn	
Klasse	Lengde (km)		Klasse	Lengde (km)
J 8 år	1		G 8 år	1
J 9 år	1		G 9 år	1
J 10 år	1		G 10 år	1
J 11 år	2		G 11 år	2
J 12 år	2		G 12 år	2
J 13 år	2 + 2		G 13 år	2 + 2
J 14 år	2 + 2		G 14 år	2 + 2
J 15 år	3 + 3		G 15 år	3 + 3
J 16 år	3 + 3		G 16 år	3 + 3
K 17 år	3,5 + 3,5		M 17 år	5 + 5
K 18 år	3,5 + 3,5		M 18 år	5 + 5
K 19/20 år	5 + 5		M 19/20 år	7,5 + 7,5
Kvinner Senior	5 + 5		Menn senior	7,5 + 7,5

*Sportslig hilsen*

*Nordland Skikrets v/Langrennskomitèen*

*09.11.2017*