

## **KM-stafett**

Stafettlaget består av 3 i henhold til programmet for rennet. Hver deltaker kan kun gå 1 etappe pr. renndag.

### Kkasinndeling i stafett

- Senior kvinner 3x5 km for lag med løpere 15 år og eldre
- Senior menn 3x10 km for lag med løpere 17 år og eldre
- Junior menn 3x5 for lag med løpere 15-20 år
- Junior kvinner 3x5 km for lag med løpere 15-20 år
- Gutter 15 og 16 år 3x3 km
- Jenter 15 og 16 år 3x3 km
- Gutter 13 og 14 år 3x2 km
- Jenter 13 og 14 år 3x2 km
- Jenter og gutter 11 og 12 år 3x2 km - bare i kretsrenn (Ikke KM-klasse)
- Jenter og Gutter 8-10 år 3x1 km – bare i kretsrenn (Ikke KM-klasse)
- Jenter kan delta på guttelag i stafett, dersom alderskravet holdes.
- Mix lag (løpere fra flere klubber) kan stille men ikke kåres som KM-mester
- Det gis ikke anledning til å fravike aldersklasser, f.eks. kan ikke en 12-åring stille på lag i 13/14-årsklassen.

«Topping» av stafettlag 11 og 12 år: Dersom en klubb har mer enn 2 lag på start i samme stafett, kan det settes opp 1 lag basert på resultatkriterier. Øvrige lag skal settes opp etter andre kriterier, f.eks så jevne lag som mulig, løpere fra samme treningsgruppe, el.a.

Stafettlag 10 år og yngre: Dersom det arrangeres stafett for disse aldersgrupper, skal ingen lag settes opp etter resultatmessige kriterier