

## Sportslig

### Torsdag 17.3.2022

Klokka	Hva	hvor
07:00	Åpner smørebod	Hadsel flerbrukshall
12:00	Løyper klar for trening	arena
21:00	Løyper stenger	arena
20:00	Lagledermøte torsdag (for alle dager)	HRH-lillesal

### Fredag 18.3.2022

Klokka	Hva	Hvor
09:30	Offisiell åpning	Arena
10:00	Individuell start fristil Kort distanse	Arena
15:00	Løyper for klassisk klargjort	Arena
21:00	Løyper stenger	Arena

### Lørdag 19.3.2022

Klokka	Hva	Hvor
10:00	Fellesstart klassisk Lang distanse	Arena
15:00	Løyper for stafetter klargjort	Arena
21:00	Løyper stenger	Arena
18-21	Premieutdeling dag 1 og dag 2	HRH-hurtigrutesalene

### Søndag 20.3.2022

Klokka	Hva	Hvor
09:00	Sprintstafett junior og senior	Arena
	Premieutdeling fortløpende	Arena
11:00	Stafett gutter og jenter	Arena
	Premieutdeling G/J fortløpende	Arena

## Rennkontor

Hadselhallen			
Torsdag	09:00-21:00		
Fredag	07:00-21:00		
Lørdag	07:00-21:00		

# Program 2022



<b>Søndag</b>	07:00-13:00		
---------------	-------------	--	--

## Kafe arena

	Hadselhallen	Flerbrukshallen	
<b>Torsdag</b>		12:00-21:00	
<b>Fredag</b>	09:00-15:00	07:00-21:00	
<b>Lørdag</b>	09:00-15:00	07:00-21:00	
<b>Søndag</b>	08:00-13:00	07:00-13:00	

## Løyper

### RENNPROGRAM NNM, LANGRENN

Klasse:	FREDAG: Korte distanser Fristil	LØRDAG: Klassisk fellesstart	SØNDAG: STAFETT
13 år jenter	2 km	4 km	Klasse 13-16 år: 3x3 km (K-K-F), max alder 45 år
13 år gutter	2 km	4 km	
14 år jenter	2 km	4 km	
14 år gutter	2 km	4 km	
15 år jenter	3 km	5 km	
15 år gutter	3 km	7,5 km	
16 år jenter	3 km	7,5 km	
16 år gutter	3 km	7,5 km	
17 år kvinner	5 km	10 km	Sprintstafett 2x3x1,5 km En klasse for junior damer og en klasse for junior herrer Fri teknikk
17 år gutter	7,5 km ★	15 km	
18 år kvinner	5 km	10 km	
18 år gutter	7,5 km ★	15 km	
19/20 år kvinner	5 km	15 km	
19/20 år gutter	7,5 km ★	20 km	Sprintstafett 2x3x1,5 km Fri teknikk
Senior kvinner	5 km	15 km	
Senior menn	7,5 km ★	30 km	
Veteran kvinner	3 km	10 km	
Veteran menn	7,5 km ★	20 km	

★ I forbindelse med FIS-godkjenning av arrangementet har det kommet fram at for herrer junior og senior er korteste FIS-distansse endret til 10 km. Det ble derfor bestemt i HK og i samråd med de nordnorske skikretsene og forbundet at junior herrer og senior herrer får endret distanse til 10 km på fredag.

Figur 1rennprogram fra NNM reglement

### Løyper fredag

Distanse	Klasser	2 km	3km	3,75km-FIS	5km FIS
2 km	13,14	1x			
3 km	15,16 + vetK		1x		
5 km	K jr + sr				1x
10 km	M jr+sr+vet				2x

### Løyper lørdag

Distanse	Klasser	2 km	3km	3,75km-FIS	5km FIS
4km	13,14			1x	
5km	J15				1x
7,5km	16, G15			2x	
10 km	K17,K18,Kvet				2x
15 km	M17,M18,K19/20 Ksenior				3x
20 km	M19/20, Mvet				4x
30 km	Msenior				6x

### Løyper Søndag

Distanse	Klasser	1,5km	3km
Sprintstafett		6x	
G/J stafett			3x