



Kjøreplan NNM konkurranser

Fredag 12.04.24 – Klassisk intervallstart

Startrekkefølge:

Startintervall 30 sek.

Start FH Sittende	2 x 1 km	10.45
Start G 14	2 km	11.00
Start G 13	2 km	
Start J 14	2 km	
Start J 13	2 km	
Start FH Stående	2 km	
Start G 16	3 km	
Start J 16	3 km	
Start G 15	3 km	
Start J 15	3 km	
Start M 18	5 km	
Start M 17	5 km	
Start K 18	5 km	
Start K 17	5 km	
Start M Veteran	5 km	
Start K Veteran	5 km	
Start M Senior	10 km (2x5 km)	
Start M 19/20	10 km (2x5 km)	
Start K Senior	10 km (2x5 km)	
Start K 19/20	10 km (2x5 km)	



12. - 14. april

Lørdag 13.04.24 - Skøyting fellesstart

Startrekkefølge:

Start FH Sittende	5 x 1 km	09.30	
Start G 14	3,75 km	10.00	
Start G 13	3,75 km	10.05	
Start J 14	3,75 km	10.10	
Start J 13	3,75 km	10.15	
Start FH Stående	3,75 km	10.15	
Start G 15	5 km	10.20	
Start J 15	5 km	10.25	
Start G 16	7,5 km	10.45	(2x3,75 km)
Start J 16	7,5 km	11.00	(2x3,75 km)
Start M 18	10 km	11.20	(2x5 km)
Start M 17	10 km	11.25	(2x5 km)
Start M Veteran	10 km	11.25	(2x5 km)
Start K 18	10 km	11.45	(2x5 km)
Start K 17	10 km	11.50	(2x5 km)
Start K Veteran	10 km	11.50	(2x5 km)
Start M Senior	20 km	12.15	(4x5 km)
Start M 19/20	20 km	12.20	(4x5 km)
Start K Senior	20 km	13.15	(4x5 km)
Start K 19/20	20 km	13.20	(4x5 km)



Søndag 14.04.24- Stafett og sprintstafett

12. - 14. april

Alle etapper er skøyting

Startrekkefølge:

Start J 13-16	3 x 3 km	09.00
Start G 13-16	3 x 3 km	09.45
Sprintstafett K jun/sen	2 x 3 x 0,8 km	10.30
Sprintstafett M jun/sen	2 x 3 x 1,1 km	11.00