

Medel-KM

21e augusti i fina Rannebergen



Banlängder				
	H10	2.1 km	D10	2.1 km
	H12	2.4 km	D12	2.4 km
	H14	2.8 km	D14	2.8 km
	H16	3.1 km	D16	3.1 km
	H18	3.6 km	D18	3.2 km
	H20	3.6 km	D20	3.2 km
	H21	4.6 km	D21	3.6 km
	H35	3.8 km	D45	3.2 km
	H40	3.8 km	D50	3.0 km
	H45	3.8 km	D55	3.0 km
	H50	3.5 km	D60	2.7 km
	H55	3.3 km	D65	2.7 km
	H60	3.3 km	D70	2.3 km
	H65	2.7 km	D75	2.3 km
	H70	2.7 km	D80	2.3 km
	H75	2.7 km	U1	2.1 km
	H80	2.3 km	ÖM5	2.8 km (Orange svårighet)

ÖM5 och U1 är utan KM-status och riktar sig till de medlemmar som tycker att en bana i ens egen åldersklass är något för svår. I dessa klasser är det fri starttid och det är tillåtet att springa tillsammans eller med skuggning.

För KM-status krävs minst 2 startande per klass i HD18 och uppåt. Vid färre anmälda kommer hopslagning av klasser göras efter anmälnans utgång.

Avstånd till start 500m

Kartskala HD60 och äldre; 1:7 500. Övriga klasser 1:10 000