PRELIMINÄRA BANLÄNGDER

KLASS	FREDAG		LÖRDAG				SÖNDAG	
	BANLÄNGD	KARTSKALA	BANLÄNGD	KARTSKALA	UTBRUTET MÅL	VÄTSKA *	BANLÄNGD	KARTSKALA
H21 Elit	4,7	1:10 000	16,8	1:15 000		Sportdryck & Vatten	6,6	1:10 000
D21 Elit	4,1	1:10 000	13,7	1:15 000		Sportdryck & Vatten	5,6	1:10 000
H20 Elit	4,1	1:10 000	11,9	1:15 000		Sportdryck & Vatten	5,6	1:10 000
D20 Elit	3,5	1:10 000	9,9	1:15 000		Sportdryck & Vatten	5,1	1:10 000
H18 Elit	3,5	1:10 000	9,8	1:15 000		Sportdryck & Vatten	5,1	1:10 000
D18 Elit	3,1	1:10 000	8,3	1:15 000		Sportdryck & Vatten	4,5	1:10 000
H10	1,8	1:7 500	2,8	1:7 500			2,2	1:7 500
D10	1,8	1:7 500	2,8	1:7 500			2,2	1:7 500
H12	2,2	1:7 500	2,9	1:7 500			2,3	1:7 500
D12	2,2	1:7 500	2,9	1:7 500			2,3	1:7 500
H14	2,8	1:7 500	4,0	1:7 500			3,1	1:7 500
D14	2,8	1:7 500	4,0	1:7 500			3,1	1:7 500
H16	3,4	1:10 000	5,7	1:10 000		Vatten	3,8	1:10 000
D16	3,2	1:10 000	5,0	1:10 000		Vatten	3,5	1:10 000
H18	3,3	1:10 000	7,7	1:15 000	JA	Vatten	4,5	1:10 000
D18	2,8	1:10 000	5,3	1:15 000	JA	Vatten	3,9	1:10 000
H20	3,3	1:10 000	8,5	1:15 000	JA	Vatten	4,5	1:10 000
D20	2,8	1:10 000	5,9	1:15 000	JA	Vatten	3,9	1:10 000
H21 Kort			7,7	1:15 000	JA	Vatten		
D21 Kort			5,3	1:15 000	JA	Vatten		
H21	4,2	1:10 000	11,3	1:15 000	JA	Vatten	6,0	1:10 000
D21	3,3	1:10 000	7,9	1:15 000	JA	Vatten	4,5	1:10 000
H35	4,2	1:10 000	10,4	1:10 000	JA	Vatten	6,0	1:10 000
D35	3,2	1:10 000	8,5	1:10 000	JA	Vatten	3,9	1:10 000
H40	4,0	1:10 000	10,4	1:10 000	JA	Vatten	5,2	1:10 000
D40	3,2	1:10 000	8,5	1:10 000	JA	Vatten	3,9	1:10 000
H45	3,9	1:7 500	8,4	1:7 500	JA	Vatten	4,8	1:7 500
D45	3,0	1:7 500	6,8	1:7 500	JA	Vatten	3,5	1:7 500
H50	3,7	1:7 500	8,0	1:7 500	JA	Vatten	4,5	1:7 500
D50	2,8	1:7 500	6,6	1:7 500	JA	Vatten	3,3	1:7 500
H55	3,5	1:7 500	7,2	1:7 500	JA	Vatten	4,2	1:7 500
D55	2,5	1:7 500	5,5	1:7 500	JA	Vatten	2,9	1:7 500
H60	3,3	1:7 500	6,8	1:7 500	JA	Vatten	3,7	1:7 500
D60	2,3	1:7 500	5,3	1:7 500	JA	Vatten	2,7	1:7 500
H65	3,0	1:7 500	5,9	1:7 500	JA	Vatten	3,5	1:7 500
D65	2,3	1:7 500	4,7	1:7 500	JA	Vatten	2,7	1:7 500
H70	2,8	1:7 500	5,3	1:7 500	JA	Vatten	3,3	1:7 500
D70	2,3	1:7 500	3,9	1:7 500	JA	Vatten	2,3	1:7 500
H75	2,5	1:7 500	4,7	1:7 500	JA	Vatten	2,9	1:7 500
D75	1,8	1:7 500	3,9	1:7 500	JA	Vatten	1,9	1:7 500
H80	2,3	1:7 500	3,5	1:7 500	JA		2,3	1:7 500
D80	1,8	1:7 500	3,1	1:7 500	JA		1,9	1:7 500
Inskolning	1,9	1:7 500	1,9	1:7 500			1,9	1:7 500
Mycket lätt 2 km	2,0	1:7 500	2,1	1:7 500			2,2	1:7 500
Lätt 2,5 km	2,0	1:7 500	2,6	1:7 500			2,3	1:7 500
Lätt 5 km	3,4	1:7 500	4,9	1:7 500			3,8	1:7 500
Medelsvår 3 km	2,5	1:7 500	3,0	1:7 500			2,9	1:7 500
Svår 3 km	2,9	1:7 500	3,5	1:7 500	JA	Vatten	3,4	1:7 500
Svår 5 km	4,2	1:7 500	4,8	1:7 500	JA	Vatten	5,1	1:7 500
Svår 7 km			7,3	1:10 000	JA	Vatten		

* Klasser som passerar vätskekontroll under lördagens långdistans. Ta gärna med egen vätska vid varmt väder.