



G/J 8-10 år	1 km	G/J 15-16 år	2 x 2,6 km
G/J 11-12 år	2 km	K 17-20 år	2 x 2,6 km
G/J 13-14 år	2,6 km	M 17 år og eldre	4 x 2,6 km