



| | | | |
|--------------|--------|------------------|------------|
| 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 |