

Opdateret Torsdag den 3/2

Kort distance

Klassisk teknik, Fællesstart

EKSJÖ



Danske Mesterskaber Langrend
Fredag 4/2 2022

Program

04. februar	Kortdistance, fællesstart (klassisk stil)	10.00-12.30
	<u>Starter:</u>	
	Konkurrencen afvikles som fællesstart i 2 grupper:	
	Gruppe 1 : D1/H1-D9/H9	10.00
		10.30
	Gruppe 2: Alle andre klasser, dvs:D11/H11-D80+/H80+ (der bliver start med selvseedning, de hurtigste forrest)	
		12.00-12.30
	Præmieuddeling, alle klasser (på nær børn)	
	Startnumre kan hentes i Eksjö Skidstugan fra kl. 08.00-09.30	
	Startlister bliver lagt på DM langrend hjemmesiden kl. 20.00 torsdag den 3/2.	
	Café'en ved Skidstugan er åben til frokost	

Klasser og Distancer:



Klasse / Køn	Sprint Fristil	Par- stafet	Kort- dist klassisk	Kort- dist Fristil	Klasse / Køn	Sprint Fristil	Par- stafet	Kort- dist. klassisk	Kort- dist Fristil
D1	0,2	2x2x0,2	1,5	1,5	H1	0,2	2x2x0,2	1,5	1,5
D7	0,2	2x2x0,4	1,5	1,5	H7	0,2	2x2x0,4	1,5	1,5
D9	0,2	2x3x0,4	1,5	1,5	H9	0,2	2x3x0,4	1,5	1,5
D11	0,6	2x3x0,4	3,5	3,5	H11	0,6	2x3x0,4	3,5	3,5
D13	0,6	2x2x0,6	3,5	3,5	H13	0,6	2x2x0,6	3,5	3,5
D15	0,6	2x3x1,2	3,5	7	H15	0,6	2x3x1,2	3,5	7
D17	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H17	1,2	2x5x1,2	14	14
D19	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H19	1,2	2x5x1,2	14	14
D21 DM	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H21 DM	1,2	2x5x1,2	14	14
D40	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H40	1,2	2x5x1,2	14	14
D50	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H50	1,2	2x5x1,2	14	14
D60	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H60	1,2	2x3x1,2	14	14
D65	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5	H65	1,2	2x3x1,2	14	14
D70	1,2	2x3x1,2	3,5	7	H70	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5
D75	1,2	2x3x1,2	3,5	7	H75	1,2	2x3x1,2	10,5	10,5
D80+	0,6	2x3x0,6	3,5	7	H80+	1,2	2x3x0,6	10,5	10,5

Klasser og Distancer:

Klasse	Runder	Distance km	Gruppe
D/H1	1	1,5	1
D/H7	1	1,5	1
D/H9	1	1,5	1
D/H11-D/H15 + D70-D80+	1	3	2
D17-65 (DM klasse) + H70-H80+	3	9	2
H17-65 (DM klasse)	5	15	2

Kort distance BØRN

Klassisk teknik, Fællesstart
(D/H1, D/H7, D/H9,)

Startgruppe 1

Start kl. 10:00



Børne løjpe 1,5 km

D/H 0-9 år. Løbes med uret rundt. 1 Runde.



Kort distance, Ungdom, Voksne

Klassisk teknik, Fællesstart

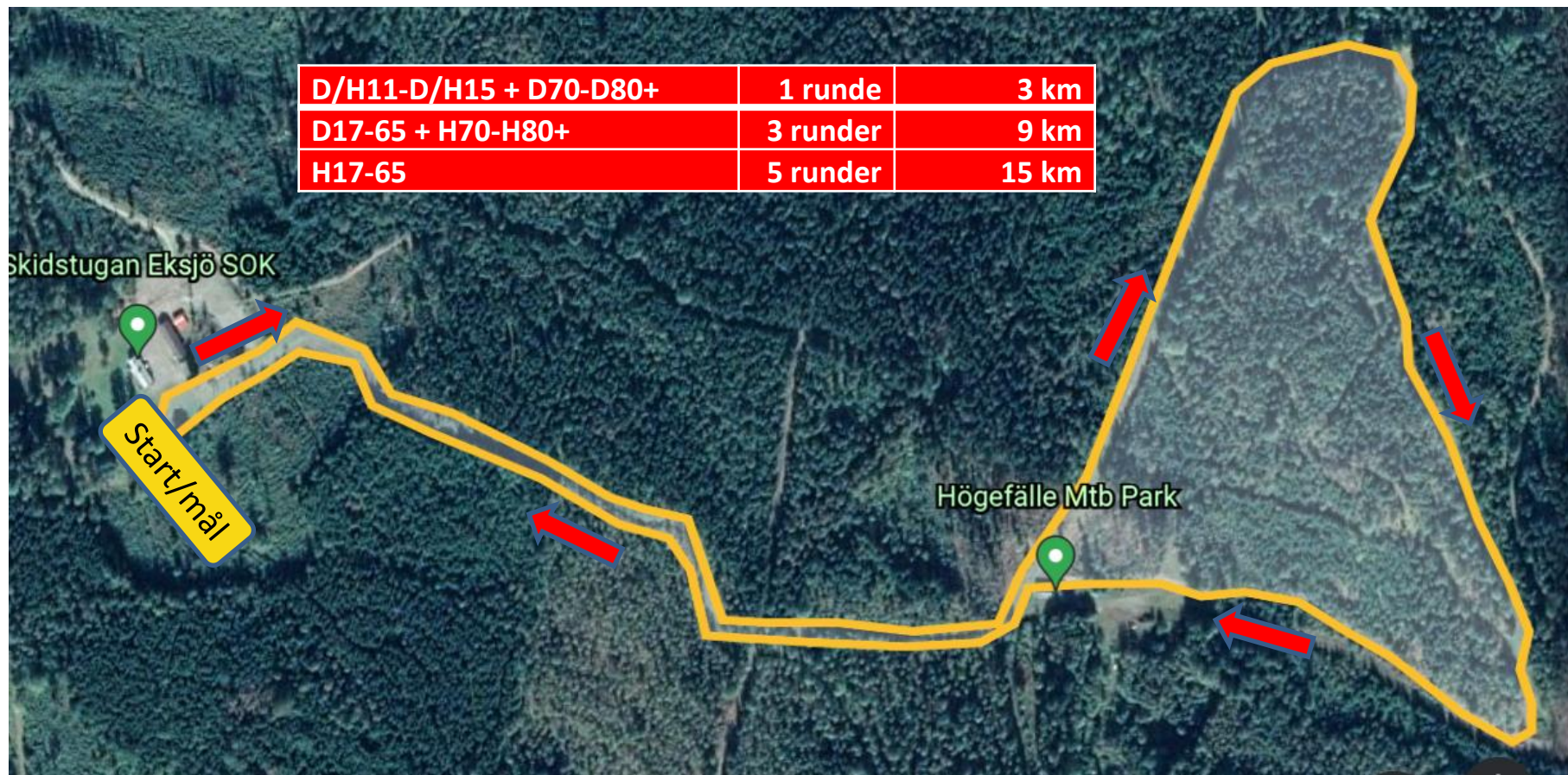
(D/H11-, D/H80+)

Startgruppe

Start kl. 10:30

D/H11-D/H15 + D70-D80+	1 runde	3 km
D17-65 + H70-H80+	3 runder	9 km
H17-65	5 runder	15 km

D/H11-D/H80+: 3,5 km løjpe



Løjpen har to spor i venstre side hele vejen rundt. Der holdes til venstre, så de hurtige kan overhale i højre spor. Råb "løjpe", hvis dette glemmes.

Starten kl. 10.30:

- 33 voksne
- 16 ungdom

Massestart kl 10.30:

- Selvseedning, så de hurtigste starter først.
- "Herre-elite" først, så "Dame-elite" og Motionist