



INVITASJON KLUBBMESTERSKAPET 2022

MALVIK IL OG HOMMELVIK IL

JERVSKOGEN TORSDAG 31.03 KL 18.00

Barn: 0-7 år og 8-10 år= Individuell start (distanser, se under)

Fra 11 år- tom senior= Fellesstart (distanser se under)



Distanser:

- | | | |
|------------|--|---------|
| • 0-7 ÅR | CA 500 M | FRISTIL |
| • 8-10 ÅR | CA 1 KM | FRISTIL |
| • 11-12 ÅR | CA 2 KM Fellesstart | FRISTIL |
| • 13-14 ÅR | CA 3 KM Fellesstart (2km + 1 km) | FRISTIL |
| • 15-16 ÅR | CA 5 KM Fellesstart (2km x 2 runder + 1km) | FRISTIL |
| • JR/SR | CA 6 KM Fellesstart (2km x 3 runder) | FRISTIL |

Påmelding: Til din klubb innen Onsdag 30.03