



Distanse:

**0-7 år:**

**Går rundt banen bort mot enden av sletta retning skibrua og til mål.**

**8-10 år:**

**Går ut rundt banen opp til skibrua, til høyre og nedpå baksida av haugen og til mål.(Skal ikke over brua)**

**11-12år:**

**Går opp til Sandvik( litt forbi toppen av bakken over skibrua, til høyre og renner nedatt den vanlege vegen i ljosløypa og til mål.**

**13-14 år: Går 3km**

**15 år og oppover går valfritt 3 eller 5 km  
Vi har felles start for 15 år og oppover.  
Dersom dei i 13-14 år vil starte med i fellesstart, er det lov til det.**