

Spydebergrennet 2019



Spydeberg IL Langrenn

Løypekart og Løypelengder

J/G 8-10 år	1,5 km
J/G 11-12 år	2,4 km
J/G 13-14 år	3,4 km
J/G 15-16 år	7,2 km
K 17-20	7,2 km
M 17-20	12,0 km
Kvinner senior	7,2 km
Menn senior	12,0 km

Stakefri sone



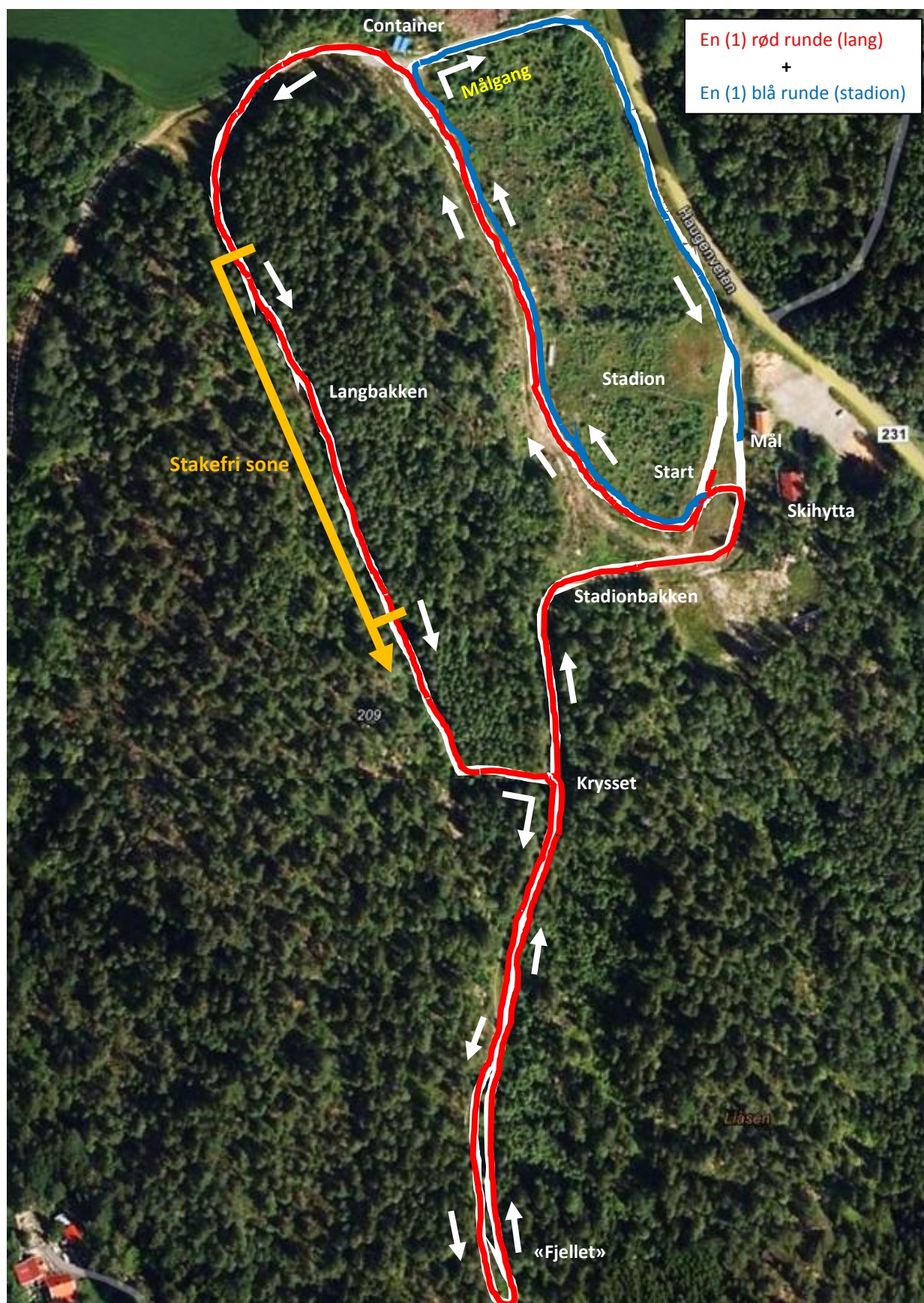
J/G 8 - 10 år

1,5 km



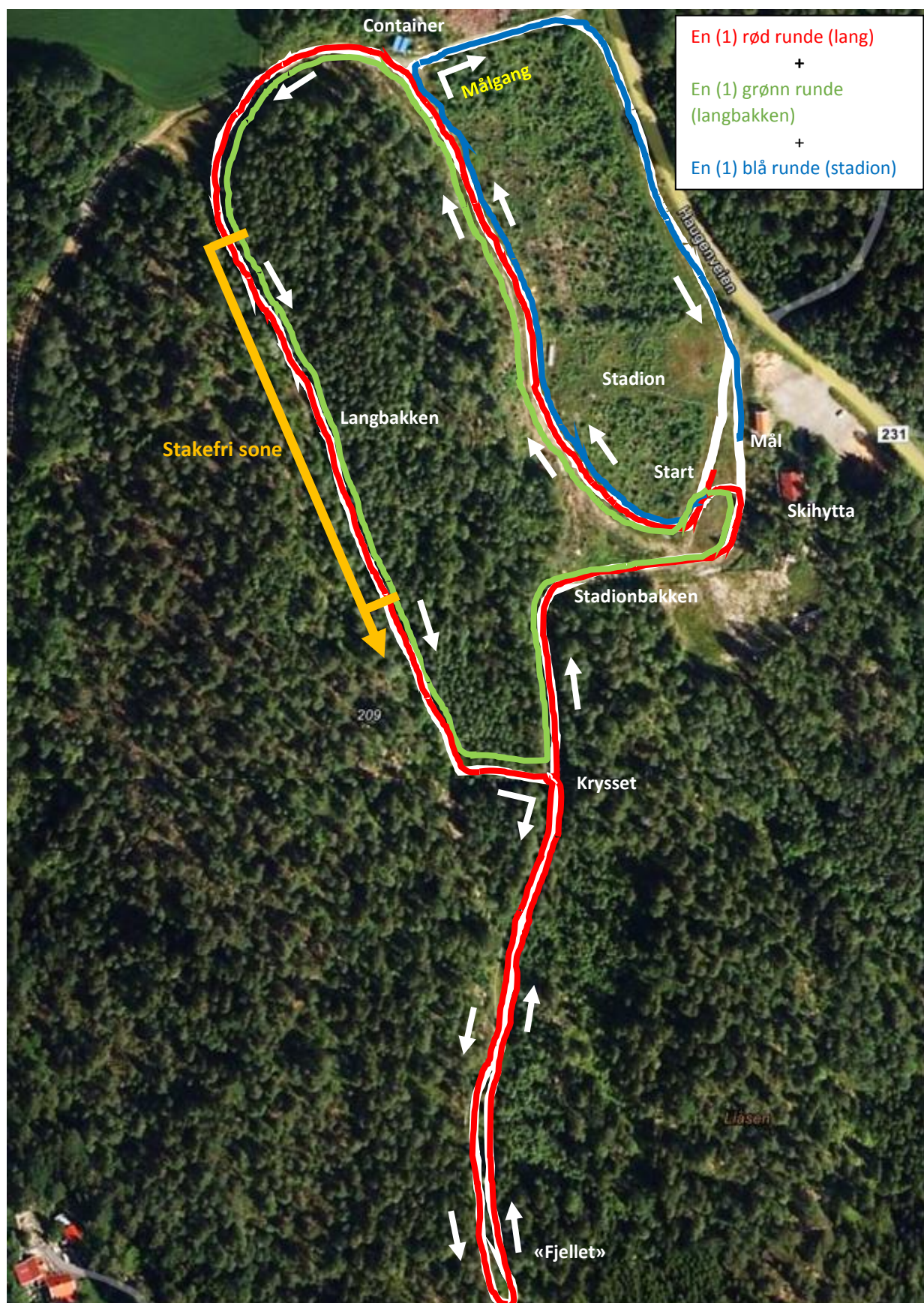
J/G 11 – 12 år

2,4 km



J/G 13 – 14 år

3,4 km



J/G 15 – 16 år og K17 - Kvinner senior

7,2 km (2,4 km x 3)

M17 år – Menn senior

12,0 km (2,4 km x 5)

