

BAMA KVALFOSS-SPRINTEN




SPRINT

NORMAL

Lørdag – 1. økt del 1 (3 km - G14/G13/J14/J13)

1.runde	 Lilla løype	1,0 km
2.runde	 Rosa løype	0,7 km
3.runde*	 Lilla løype	1,2 km
		<hr/>
		2,9 km

Lørdag – 1. økt del 2 (2.5 km - J12/G12)

1.runde	 Rosa løype	0,7 km
2.runde	 Rosa løype	0,7 km
3.runde*	 Lilla løype	1,2 km
		<hr/>
		2,6 km




Lørdag – 2. økt del 1 (4 km - J16/J15)

1.runde	 Lilla løype	1,0 km
2.runde	 Rosa løype	0,7 km
3.runde*	 Rød løype	2,3 km
		<hr/>
		4,0 km




Lørdag – 2. økt del 2 (5 km - G16/G15)

1.runde	 Oransje løype	1,3 km
2.runde	 Lilla løype	1,0 km
3.runde*	 Grønn løype	2,7 km
		<hr/>
		5,0 km




Søndag – 1. økt del 1 (6 km - J16/J15)

1.runde	 Rød løype	2,1 km
2.runde	 Oransje løype	1,3 km
3.runde*	 Rød løype	2,3 km
		<hr/>
		5,7 km

Søndag – 1. økt del 2 (7.5 km - G16/G15)

1.runde	 Grønn løype	2,5 km
2.runde	 Oransje løype	1,3 km
3.runde*	 Gul løype	3,2 km
		<hr/>
		7,0 km

Søndag – 1. økt del 3 (3 km - J12/G12)

1.runde	 Lilla løype	1,0 km
2.runde	 Rosa løype	0,7 km
3.runde*	 Lilla løype	1,2 km
		<hr/>
		2,9 km

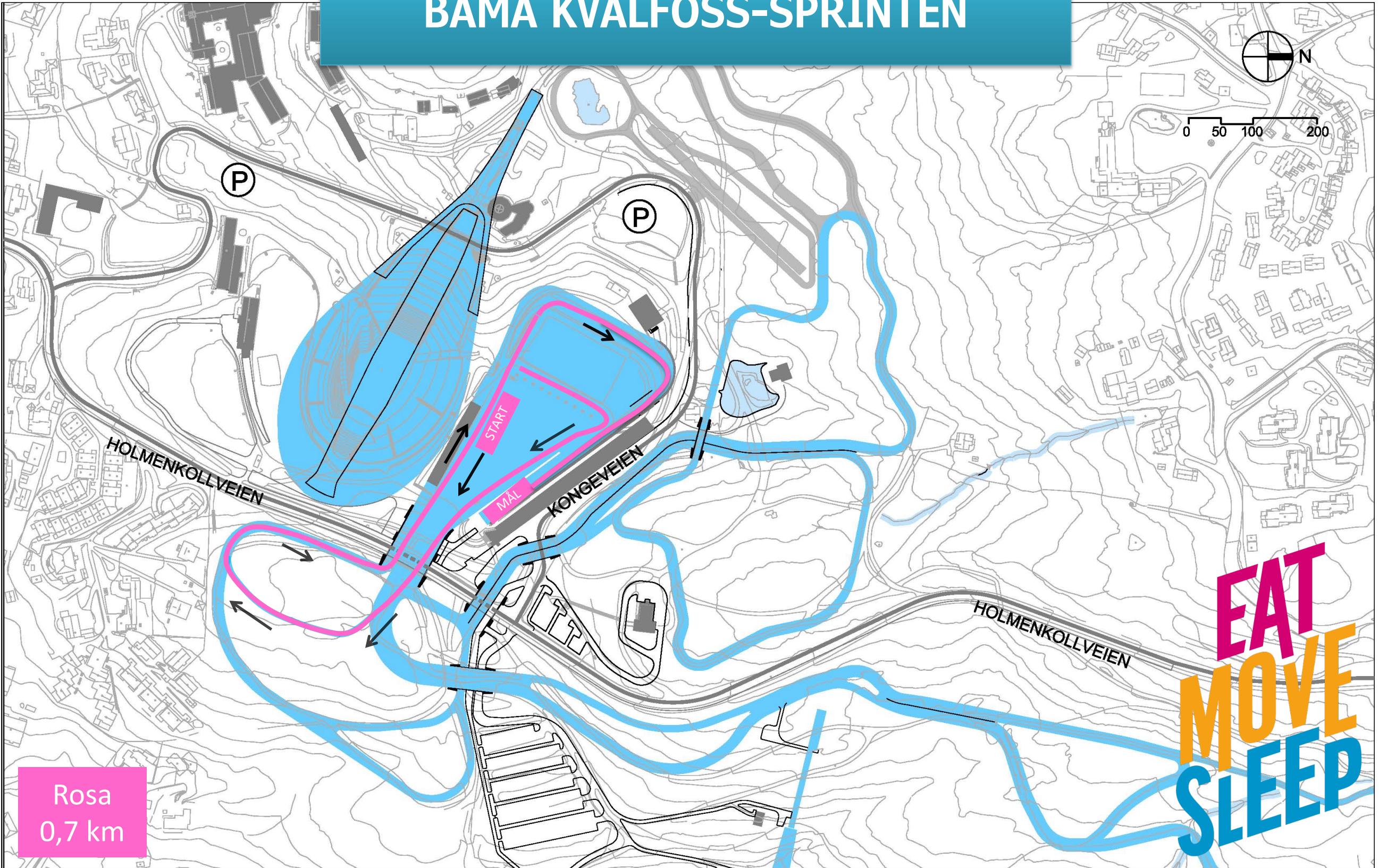
Søndag – 2. økt (4 km - G14/G13/J14/J13)

1.Runde	 Oransje løype	1,3 km
2.Runde	 Lilla løype	1,0 km
3.runde*	 Oransje løype	1,5 km
		<hr/>
		3,8 km

* 3.runde er +200m på grunn av sløyfen bak skivene og innløp til mål



BAMA KVALFOSS-SPRINTEN

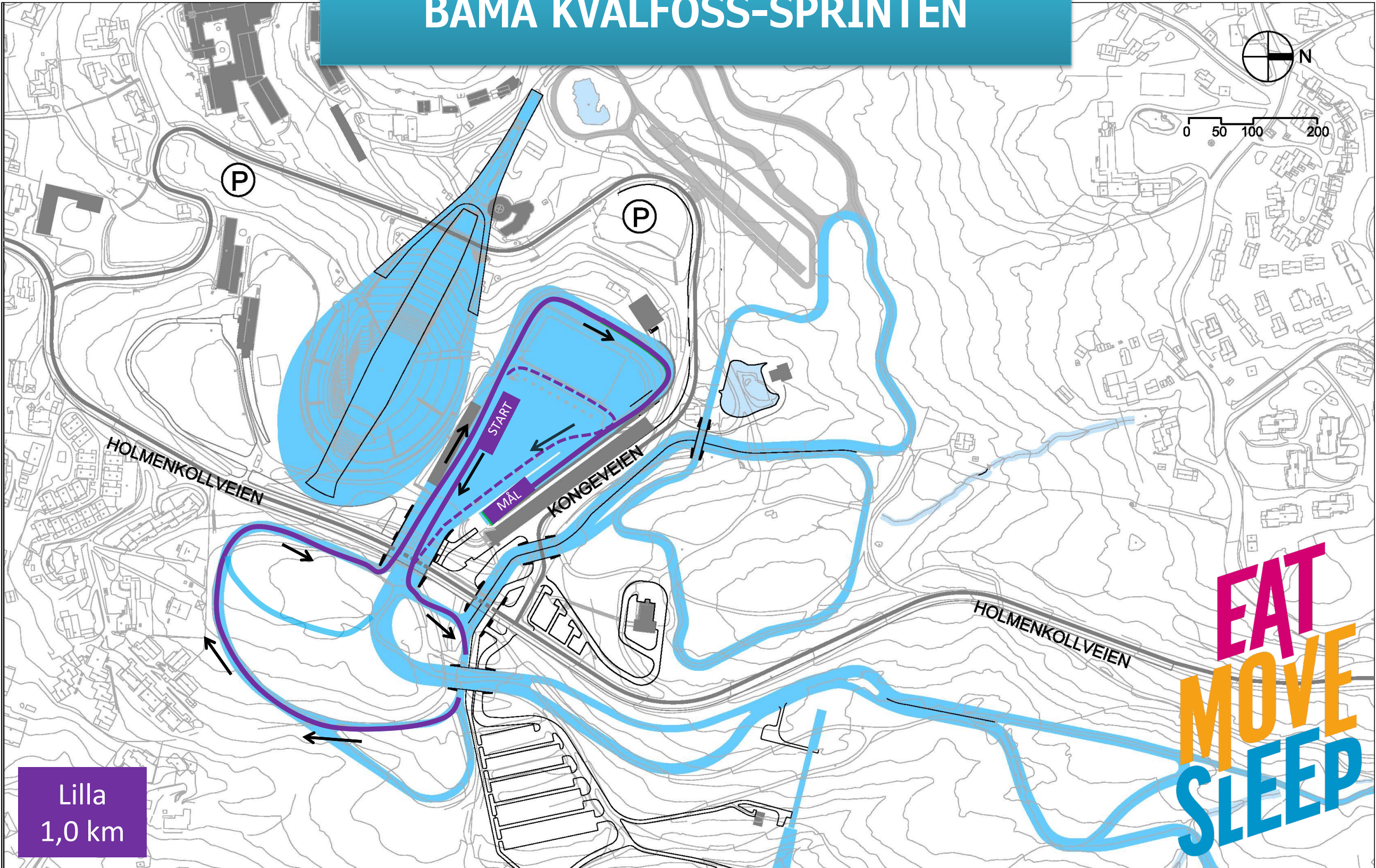


Rosa
0,7 km

EAT
MOVE
SLEEP



BAMA KVALFOSS-SPRINTEN



BAMA KVALFOSS-SPRINTEN

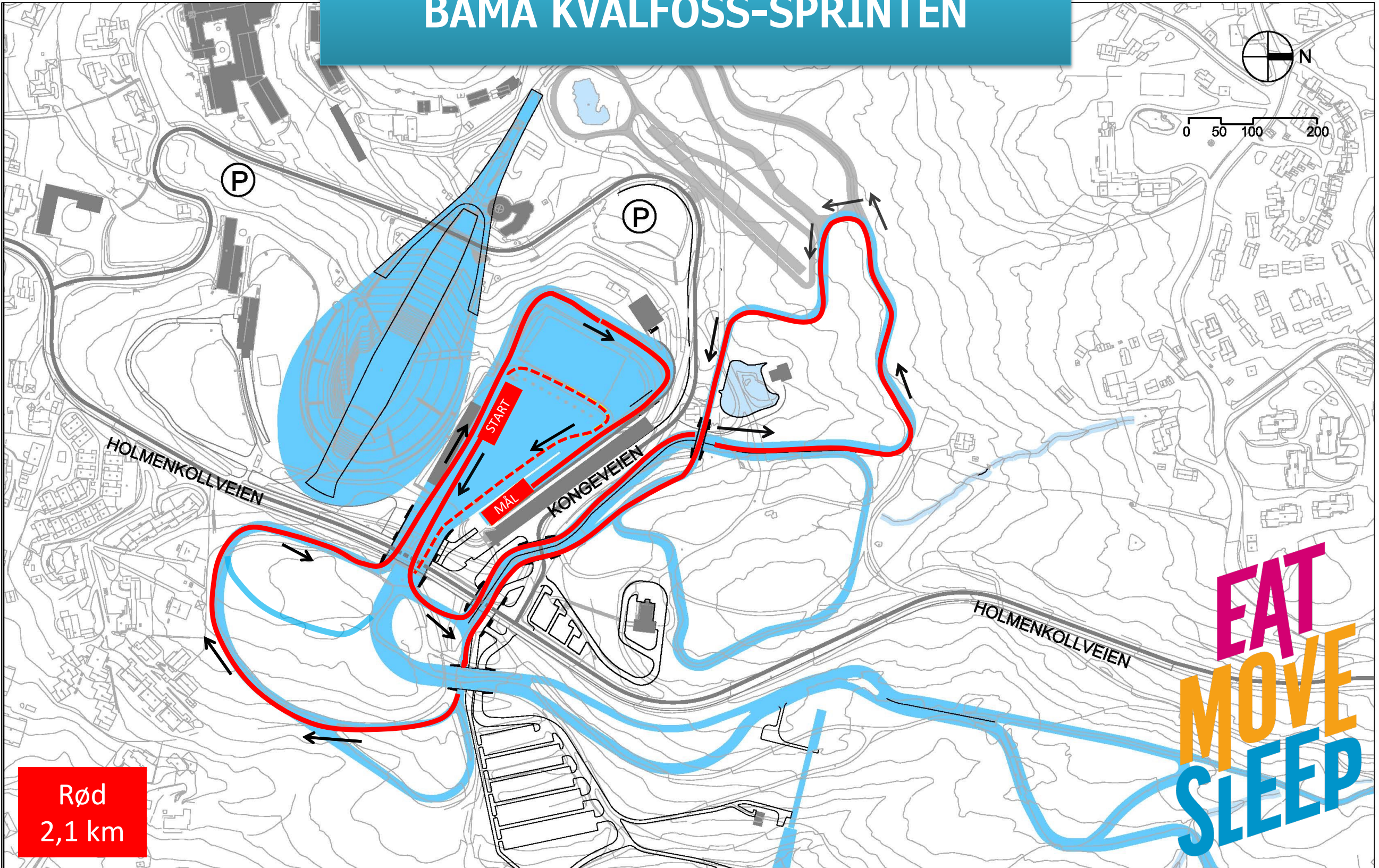


Oransje
1,3 km

EAT
MOVE
SLEEP



BAMA KVALFOSS-SPRINTEN

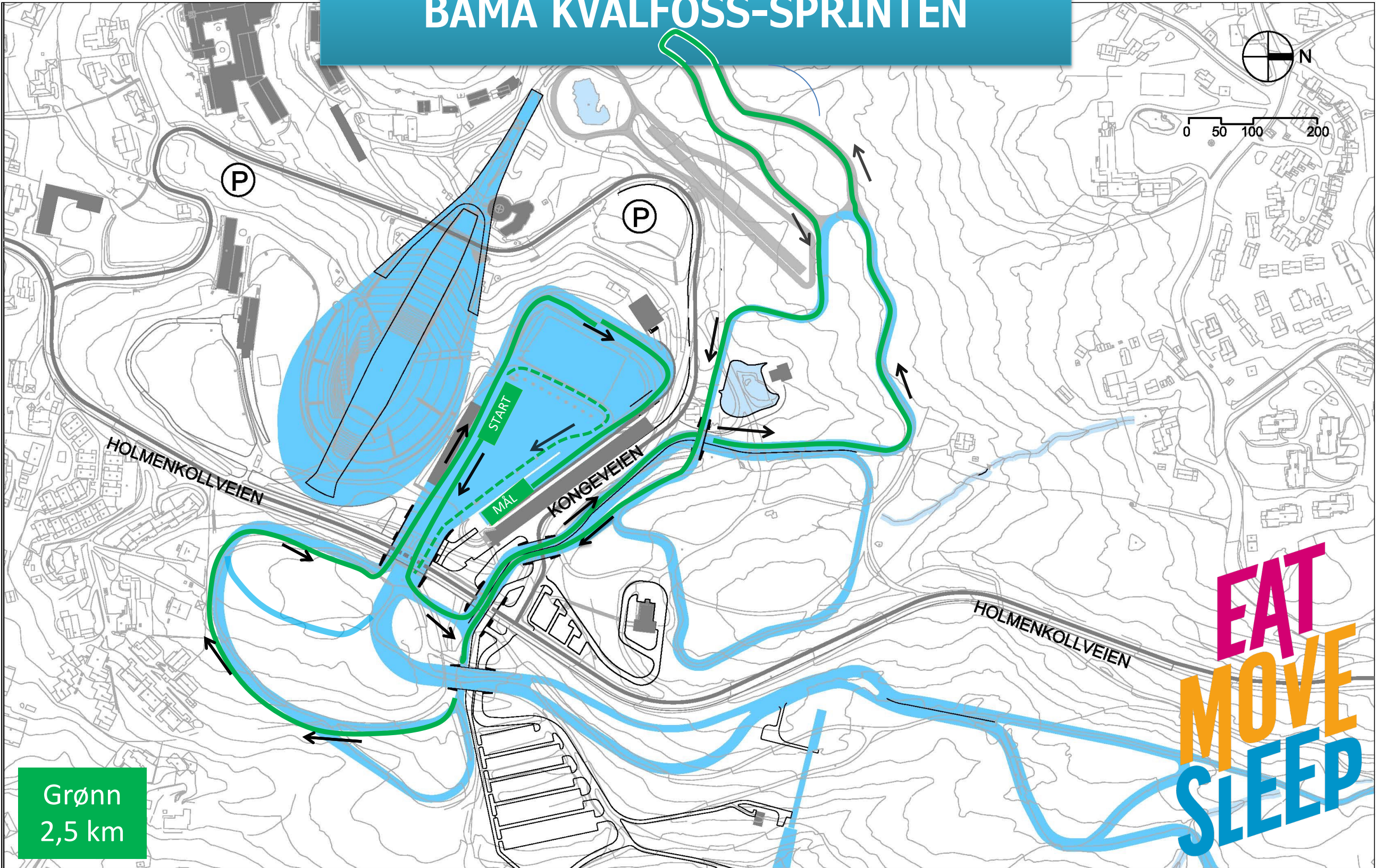


Rød
2,1 km

EAT
MOVE
SLEEP



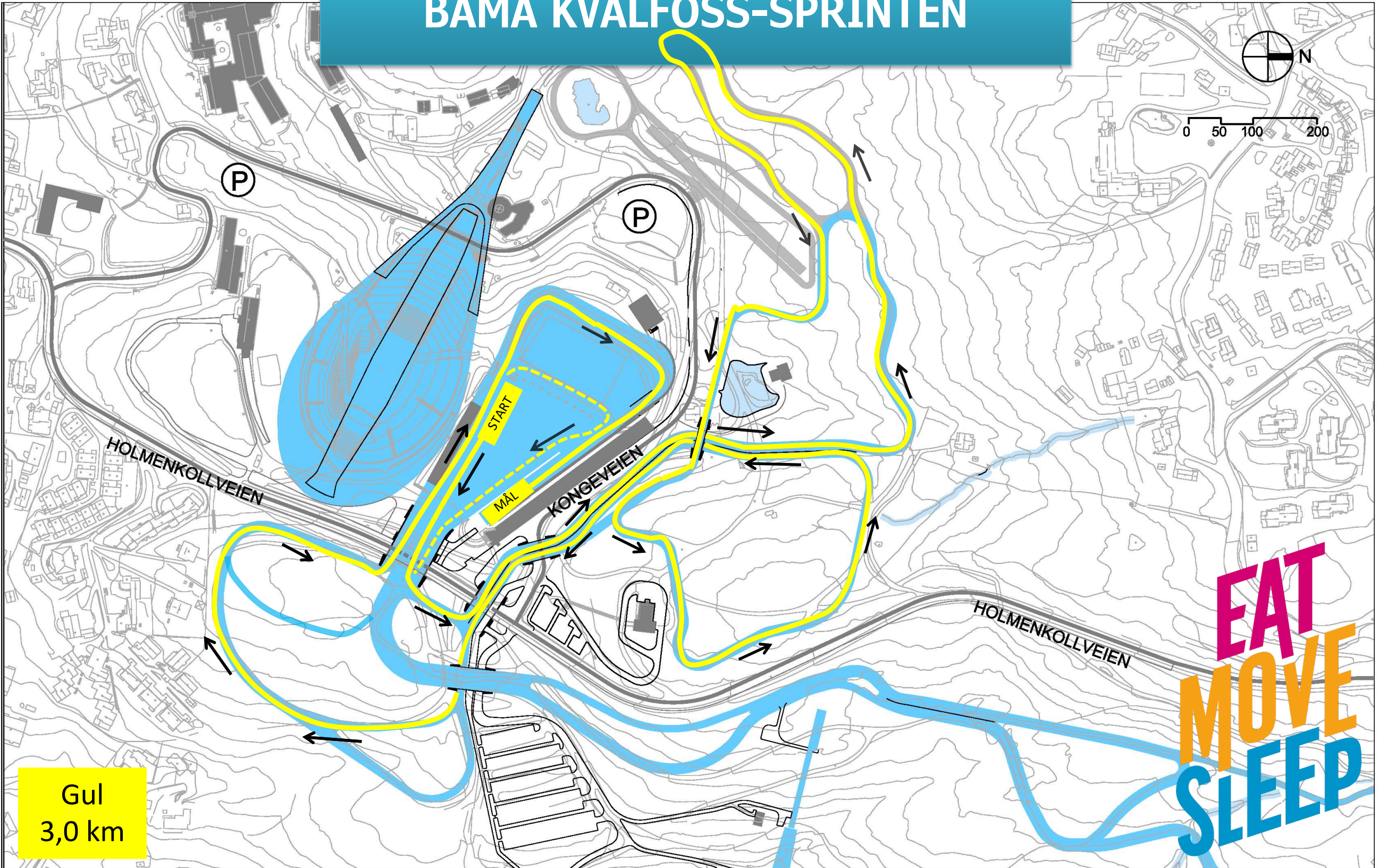
BAMA KVALFOSS-SPRINTEN



Grønn
2,5 km



BAMA KVALFOSS-SPRINTEN



Gul
3,0 km

EAT
MOVE
SLEEP

