

## Seedingsrenn NC/NM 2023

Dato	Sted	Kat	kvinner/menn 17 år	kvinner/menn 18 år	kvinner/menn 19-20 år	Stilart
8. januar	Lillehammer	NC	10km/15km	10km/15km	10km/15km	Klassisk
12. februar	Voss	NC	5km/5km	7.5km/7.5km	10km/10km	Klassisk
12. mars	Alta	NM	7.5km/10km	10km/15km	15km/20km	Klassisk

### Krav til plassering

Klasse	ME/KE	P1	P2	P3	P4	K-P4	P5	P6
<b>M17:</b> inntil plass	10	40	90	200	250			
<b>M18:</b> inntil plass	10	40	90	200	250			
<b>M19-20:</b> inntil plass	20	70	150	200	250			
<b>K17:</b> inntil plass	5					50	100	200
<b>K18:</b> inntil plass	5					50	100	200
<b>K19-20:</b> inntil plass	10					70	100	200

ME/KE: Eliteklasse menn og kvinner

## Hovedlandsrennet Meråker

- Dato: 25.02.2023
- Distanse: G16 7.5km / J16 5km (Klassisk)

### Krav til plassering:

Klasse	P1	P2	P3	P4	K-P4	P5	P6
<b>G16</b>	20	40	120	200		250	
<b>J16</b>					20	100	150

## UngdomsBirken ski 2022

- Dato: 20.03.22
- Distanse: 15 km klassisk

### Krav til resultat:

Pulje	P1	P2	P3	P4	K-P4	P5	P6	P7	P8	P9	
<b>Jenter</b>						42:00:00	46:00:00	48:00:00	50:00:00	55:00:00	01:00:00
<b>Gutter</b>		38:00:00	40:00:00	42:00:00			46:00:00	48:00:00	50:00:00	55:00:00	01:00:00

Vi gjør oppmerksom på at de fleste turrenn har klasser fra 16 år og oppover. Løpere som ikke har seedingsresultater fra noen av rennene ovenfor, oppfordres til å benytte seg av ordinære seedingsrenn.