

Rekommenderade banlängder för DM klasserna vid DM tävlingarna i Östergötland

Klass	Sprint	Medel	Lång	Natt
D10	1,5	2,0	2,5	
D12	2,0	2,5	3,0	2,5
D14	2,5	3,0	4,0	3,5
D16	2,5	3,5	4,5	4,0
D18	2,5	3,5	5,0	4,0
D20	2,5	4,0	6,0	5,0
D21	3,0	4,5	8,5	6,5
D35	2,5	3,5	6,0	5,0
D40	2,5	3,5	5,0	4,0
D45	2,5	3,0	4,5	4,0
D50	2,0	3,0	4,0	3,5
D55	2,0	3,0	4,0	3,5
D60	2,0	2,5	3,5	3,0
D65	1,5	2,5	3,5	3,0
D70	1,5	2,5	3,0	2,5
D75	1,5	2,0	3,0	2,5
D80	1,5	2,0	2,5	
H10	1,5	2,0	2,5	
H12	2,0	2,5	3,0	2,5
H14	2,5	3,0	4,0	3,5
H16	2,5	3,5	5,5	4,5
H18	3,0	4,0	7,5	6,0
H20	3,0	4,5	8,0	6,5
H21	3,5	5,0	12,0	10
H35	3,0	4,5	8,0	6,5
H40	3,0	4,0	7,5	6,0
H45	2,5	4,0	6,5	5,0
H50	2,5	3,5	6,0	5,0
H55	2,5	3,5	5,5	4,5
H60	2,5	3,5	5,0	4,0
H65	2,0	3,0	4,5	4,0
H70	2,0	3,0	4,0	3,5
H75	2,0	3,0	3,5	3,0
H80	1,5	2,5	3,0	

Stafett, mellansträcken för ungdomar är en åldersklass lättare och rak. Mellansträcken för DH120- är en nivå enklare och rak

Klass	Str 1	Str 2	Str 3
D12	2,5	2,0	2,5
D14	3,5	2,5	3,5
D16	4,0	3,5	4,0
D20	4,5	4,5	4,5
D21	6,0	6,0	6,0
D120	4,5	3,5	4,5
D150	3,5	3,0	3,5
D180	3,0	2,5	3,0
D210	3,0	2,5	3,0
H12	2,5	2,0	2,5
H14	3,5	2,5	3,5
H16	5,0	3,5	5,0
H20	6,0	6,0	6,0
H21	9,0	9,0	9,0
H120	6,5	5,0	6,5
H150	5,0	4,0	5,0
H180	4,5	3,5	4,5
H210	3,5	3,0	3,0