

| LØP | DAG | TID | KATEGORI | KLASSE | DISTANSE | HEAT |
|-----|--------|-------|----------|--------------|----------|-------|
| 1 | Lør FM | 10:00 | Herrer | U23 | SS1 Long | Final |
| 2 | Lør FM | 10:00 | Damer | Senior | SS1 Long | Final |
| 3 | Lør FM | 10:00 | Herrer | Senior | SS1 Long | Final |
| 4 | Lør FM | 10:00 | Damer | U18 | SS1 Long | Final |
| 5 | Lør FM | 10:00 | Herrer | U18 | SS1 Long | Final |
| 6 | Lør FM | 10:00 | Damer | Master 50-64 | SS1 Long | Final |
| 7 | Lør FM | 10:00 | Herrer | Master 50-64 | SS1 Long | Final |
| 8 | Lør FM | 10:00 | Herrer | Master 65+ | SS1 Long | Final |
| 9 | Søn FM | 10:00 | Damer | Senior | SS2 Long | Final |
| 10 | Søn FM | 10:00 | Herrer | Senior | SS2 Long | Final |
| 11 | Søn FM | 10:00 | Mix | Senior | SS2 Long | Final |

