

## SM –ampumahiihto Kuhmo

### Hiihdettävät matkat ja radat

#### Lauantai 4.4 normaalimatkat

##### Miehet

M yl 20 km	(4 km+4 km+4 km+4 km+4 km)
M35 12,5 km	(2,5 km+2,5 km+2,5 km+2,5 km+2,5 km)
M40 10 km	(2 km+2 km+2 km+2 km+2 km)
M45 10 km	(2 km+2 km+2 km+2 km+2 km)
M50 10 km	(2 km+2 km+2 km+2 km+2 km)
M55 10 km	(2 km+2 km+2 km+2 km+2 km)
M60 8km	(1,5 km+1,5 km +1,5 km +1,5 km + 2 km)
M65 7km	(1,5 km +1,5 km+1,5 km +1,5 km + 1 km)
M70 6 km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 2 km)
M75 6 km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 2 km)

### Hiihdettävät matkat ja radat

#### Lauantai 4.4 normaalimatkat

##### Naiset

N yl 15 km	(3 km+3 km+3 km+3 km+3 km)
N35 8 km	(1,5 km+1,5 km +1,5 km +1,5 km + 2 km)
N40 7 km	(1,5 km +1,5 km+1,5 km +1,5 km + 1 km)
N45 7 km	(1,5 km +1,5 km+1,5 km +1,5 km + 1 km)
N50 6km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 2 km)
N55 6km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 2 km)
N60 5 km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 1 km)
N65 5km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 1 km)
N70 5 km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 1 km)
N75 5 km	(1 km +1 km+1 km +1 km + 1 km)

## **Hiihdettävät matkat ja radat**

### **Sunnuntai 5.4 pikamatkat**

#### **Miehet**

M yl 10 km	(3 km + 3 km + 4 km)
M35 7,5 km	(2,5 km+2,5 km+2,5 km)
M40 6 km	(2 km+2 km+2 km)
M45 6 km	(2 km+2 km+2 km)
M50 6 km	(2 km+2 km+2 km)
M55 6 km	(2 km+2 km+2 km)
M60 5 km	(2 km+2 km + 1 km)
M65 4 km	(1,5 km+1,5 km + 1 km)
M70 4 km	(1,5 km+1,5 km + 1 km)
M75 4 km	(1,5 km+1,5 km + 1 km)

## **Hiihdettävät matkat ja radat**

### **Sunnuntai 5.4 pikamatkat**

#### **Naiset**

N yl 7, 5 km	(2,5 km+2,5 km+2,5 km)
N35 5 km	(2 km+2 km + 1 km)
N40 4 km	(1,5 km+1,5 km + 1 km)
N45 4 km	(1,5 km+1,5 km + 1 km)
N50 3 km	(1 km+1 km + 1 km)
N55 3 km	(1 km+1 km + 1 km)
N60 3 km	(1 km+1 km + 1 km)
N65 3 km	(1 km+1 km + 1 km)
N70 3 km	(1 km+1 km + 1 km)
N75 3 km	(1 km+1 km + 1 km)