

Tid & växlingsschema Tjoget 2023

Sträcka	Banlängd	Nivå	Typ	Skala	Kartstorlek	Löptid	Växlingstid
Sträcka 1	6,6 km	Blå	Dag	1:10 000	A3	38 min	15:38
Sträcka 2	4,1 km	Gul	Dag	1:7 500	A3	25 min	16:03
Sträcka 3	2,8 km	Vit	Dag	1:7 500	A3	15 min	16:18
Sträcka 4	4,9 km	Blå	Dag	1:10 000	A3	30 min	16:48
Sträcka 5	2,8 km	Vit	Dag	1:7 500	A3	14 min	17:02
Sträcka 6	4,0 km	Blå	Dag	1:7 500	A3	31 min	17:33
Sträcka 7	3,9 km	Orange	Dag	1:7 500	A3	26 min	17:59
Sträcka 8	7,9 km	Blå	Natt	1:10 000	A3	49 min	02:19
Sträcka 9	5,3 km	Blå	Natt	1:10 000	A3	38 min	02:57
Sträcka 10	4,2 km	Gul	Natt/ Gryning	1:7 500	A3	30 min	03:27
Sträcka 11	5,3 km	Blå	Gryning	1:10 000	A3	35 min	04:02
Sträcka 12	2,9 km	Gul	Dag	1:7 500	A3	21 min	04:23
Sträcka 13	4,1 km	Orange	Dag	1:7 500	A3	27 min	04:50
Sträcka 14	4,2 km	Gul	Dag	1:7 500	A3	28 min	05:18
Sträcka 15	4,5 km	Blå	Dag	1:7 500	A3	35 min	05:53
Sträcka 16	7,8 km	Blå	Dag	1:10 000	A3	46 min	06:39
Sträcka 17	4,3 km	Orange	Dag	1:7 500	A3	27 min	07:06
Sträcka 18	3,1 km	Blå	Dag	1:7 500	A3	23 min	07:29
Sträcka 19	7,8 km	Blå	Dag	1:10 000	A3	45 min	08:14
Sträcka 20	5,1 km	Blå	Dag	1:10 000	A3	37 min	08:51