

Einzellauf:

Kategorie	Distanz (km) enmeter		Posten
D10	1,6	50	6
H10	1,6	50	6
D12	1,9	50	8
D14	3,0	130	10
D16	4,3	170	13
D18	5,3	170	16
D20	6,2	200	18
H12	2,2	70	9
H14	3,4	145	11
H16	5,0	185	15
H18	7,4	270	19
H20	9,6	410	20
DirMS	5,0	185	15
DirML	1,9	50	8
DirLS	6,2	200	18

Staffellauf:

Kategorie	Distanz (km) enmeter		Posten
D12	2,1-2,2	95	10
D14T	2,2-2,3	120	11
D15-18T	3,5-3,7	190	15
D20T	3,8-4,0	205	16
H12	2,1-2,2	95	10
H14T	2,6-2,8	130	12
H16T	3,9-4,1	120	13
H18T	4,8-5,0	180	19
H20T	5,8-6,0	220	20