

SM-klasser og medaljer 2020

Først en gennemgang af eksisterende krav til klasser jf. Reglement 2019.

Dernæst en fremlæggelse af det eksisterende koncept for uddeling af SM-medaljer.

SM-stævner 2000

	Dato	Arrangør	Skov
SM-nat	18. marts	Allerød OK	Ravnsholt Skov
SM-sprint	3. maj	Køge OK	?
SM-stafet	9. maj	Søllerød OK	Tisvilde Hegn
SM-lang	10. maj	Søllerød OK	Tisvilde Hegn
Afvikles ej:			
SM-ultralang			
SM-mellem			
SM-sprintstafet			
SM-MTBO			

SM-lang – Herrer

Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Vindertid minutter
H10	Grøn – Begynder	2,5-3,5 km	Ca. 20
H12	Hvid – Let	3,0-4,0 km	Ca. 25
H12B	Grøn – Begynder	2,5-3,5 km	Ca. 20
H14	Gul – Mellemsvær	4,0-5,0 km	Ca. 35
H14B	Hvid – Let	3,0-4,0 km	Ca.25
H16	Sort – Svær	5,5-7,0 km	Ca.45
H16B	Gul – Mellemsvær	4,0-5,0 km	Ca. 35
H18	Sort – Svær	7,5-10,0 km	Ca. 55
H20	Sort – Svær	9,5-12,0 km	70
H20B	Gul – Mellemsvær	5,5-7,0 km	-
H21	Sort – Svær	-	90-100
H21AK	Sort – Svær	6,5-7,5 km	
H21B	Gul – Mellemsvær	5,5-7,0 km	
H35	Sort – Svær	10,0-12,0 km	
H40	Sort – Svær	9,0-11,0 km	
H45	Sort – Svær	9,0-11,0 km	
H45AK	Sort – Svær	4,0-5,0 km	
H45B	Gul-Mellemsvær	5,5-7,0 km	
H50	Sort – Svær	7,0-8,0 km	
H55	Sort – Svær	7,0-8,0 km	
H60	Sort – Svær	5,5-6,5 km	
H65	Sort – Svær	5,0-5,5 km	
H70	Blå – Svær	4,0-5,0 km	
H75	Blå – Svær	3,5-4,0 km	
H80	Blå – Svær	2,5-3,5 km	
H85	Blå – Svær	2,5-3,5 km	
D/H90	Blå – Svær	2,0-3,0 km	
H-Let	Hvid-Let	3,0-4,0 km	

Gældende krav til klasser.

Dette er de samme klasser som ved DM-lang, men med tilføjelse af B- og K-klasser.

Er det hvad vi ønsker i 2020?

SM-lang - Damer

Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Vindertid minutter
Børnebane	Lysegrøn – Børnebane	1,0-2,0 km	-
Begynder	Grøn – Begynder	2,5-3,5 km	Ca. 20
D10	Grøn – Begynder	2,5-3,5 km	Ca. 20
D12	Hvid – Let	3,0-4,0 km	Ca. 25
D12B	Grøn – Begynder	2,5-3,5 km	Ca. 20
D14	Gul – Mellemsvær	3,5-4,5 km	Ca. 35
D14B	Hvid – Let	3,0-4,0 km	Ca. 25
D16	Sort – Svær	4,0-5,5 km	Ca. 40
D16B	Gul – Mellemsvær	3,5-4,5 km	Ca. 35
D18	Sort – Svær	5,0-6,5 km	Ca.45
D20	Sort – Svær	6,5-8,0 km	Ca. 55
D20B	Gul – Mellemsvær	4,0-5,5 km	Ca.40
D21	Sort – Svær	-	Ca. 70-80
D21AK	Sort – Svær	5,0-5,5 km	-
D21B	Gul – Mellemsvær	4,0-5,5 km	-
D35	Sort – Svær	6,5-7,5 km	-
D40	Sort – Svær	5,5-6,5 km	-
D45	Sort – Svær	5,5-6,5 km	-
D45B	Gul - Mellemsvær	4,0-5,5 km	-
D50	Sort – Svær	4,0-5,0 km	-
D55	Sort – Svær	4,0-5,0 km	
D60	Sort – Svær	3,5-4,0 km	
D65	Sort – Svær	3,5-4,0 km	
D70	Blå – Svær	2,5-3,5 km	
D75	Blå – Svær	2,5-3,5 km	
D80	Blå – Svær	2,0-3,0 km	
D85	Blå – Svær	2,0-3,0 km	
D/H90	Blå – Svær	2,0-3,0 km	
D-Let	Hvid-Let	3,0-4,0 km	

Gældende krav til klasser.

Dette er de samme klasser som ved DM-lang, men med tilføjelse af B- og K-klasser.

Er det hvad vi ønsker i 2020?

Stafet, mesterskabsklasser:

Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid i minutter
D/H max.-43 (ældste < 20 år)	1. tur Gul – Mellemsvær	25
	2. tur Hvid – Let	20 – Ugaflet
	3. tur Gul – Mellemsvær	25
D12	1. tur Hvid - Let	20
	2. tur Grøn – Begynder	20 – Ugaflet
	3. tur Hvid - Let	20
D16	1. tur - Sort - Svær	30
	2. tur - Gul - Mellemsvær	25 - Ugaflet
	3. tur - Sort - Svær	30
D20	Sort – Svær	Anvender samme bane som D 21 = 3 x 30-40, i alt 90-105
D21	Sort – Svær	3 x 30-40, i alt 90-105
D35	Sort – Svær	3 x 35
D40	Sort – Svær	3 x 35
D45	Sort – Svær	3 x 35
D50	Sort – Svær	3 x 35
D55	Sort – Svær	3 x 35
D60	Sort – Svær	3 x 35
D65	Blå – Svær	2 x 30
H12	1. tur Hvid - Let	20
	2. tur Grøn – Begynder	20 – Ugaflet
	3. tur Hvid - Let	20
H16	1. tur - Sort - Svær	30
	2. tur - Gul - Mellemsvær	25 - Ugaflet
	3. tur - Sort - Svær	30
H20	Sort - svær	Anvender samme bane som H 21 = 3 x 30-40, i alt 90-105
H21	Sort – svær	3 x 30-40, i alt 90-105
H35	Sort – Svær	3 x 35
H40	Sort – Svær	3 x 35
H45	Sort – Svær	3 x 35
H50	Sort – Svær	3 x 35
H55	Sort – Svær	3 x 35
H60	Sort – Svær	3 x 35
H65	Sort – Svær	3 x 35
H70	Blå – Svær	2 x 35
H75	Blå – Svær	2 x 35
D/H min.185- (mindst en dame)	Blå – Svær	3 x 30

SM-Stafet Herrer & Damer

4.1.2.2

Stafet, åbne mixklasser, Vindertider

Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid
Åben klasse	1. tur Sort – Svær	45 minutter
	2. tur Gul - Mellemsvær	25 minutter – Ugaflet
	3. tur Blå – Svær	35 minutter

Gældende krav til klasser.

Dette er de samme klasser som ved DM-stafet.

Er det hvad vi ønsker i 2020?

SM-nat – Herrer & Damer

Bane	Længde	Klasser	Klasser - Put & run
Bane 1, Sort – Svær	8,5 – 12,0	H21	
Bane 2, Sort – Svær	7,5 - 9,0	H20, H35	
Bane 3, Sort – Svær	6,5 – 7,5	H40	Åben 1
Bane 4, Sort – Svær	6,0 – 6,5	D21, H45	
Bane 5, Sort – Svær	5,5 – 6,0	H16, H50	
Bane 6, Sort – Svær	5,0 – 5,5	D20, H55	
Bane 7, Sort – Svær	4,0 – 4,5	D35, H60, H65	Åben 2
Bane 8, Sort – Svær	3,5 – 4,0	D16, D45, D55	
Bane 9, Blå – Svær	3,0 – 3,5	D65, H70, H75	Åben 3
Bane 10, Gul - Mellemsvær	3,0 – 4,0	D14, H14	Åben 4
Bane 11 Hvid – let	2,5 – 3,5	D12, H12	Åben 5
Bane 12, Grøn - begynder	2,0 – 2,5	Begynder	Åben 6

Dette er særlige regler,
som kun gælder ved
kredsmesterskaber
(ikke for DM)

SM-sprint - Herrer

Klasse	Sværhedsgrad	Lang	Mellem	Sprint	Ultralang	Nat
H10	Grøn – Begynder	20	15	-	-	-
H12	Hvid – Let	25	20-25	12-15	40	20
H14	Gul – Mellemsvær	35	20-25	12-15	60	25
H16	Sort – Svær	45	20-25	12-15	85	40
H18*	Sort – Svær	70	20-25	12-15	115	55
H20*	Sort – Svær	70	20-25	12-15	115	55
H21	Sort – Svær	90-100	30-35	12-15	140	75
H35	Sort – Svær	70	30-35	12-15	115	60
H40	Sort – Svær	65	30-35	12-15	105	55
H45	Sort – Svær	60	30-35	12-15	105	55
H50	Sort – Svær	55	30-35	12-15	95	50
H55	Sort – Svær	50	30-35	12-15	95	50
H60	Sort – Svær	50	30-35	12-15	90	50
H65	Sort – Svær	50	30-35	12-15	90	50
H70	Blå – Svær	50	30-35	12-15	75	45
H75	Blå – Svær	50	30	12-15	65	45
H80	Blå – Svær	50	30	12-15	60	45
H85	Blå – Svær	50	30	12-15	60	45
D/H90	Blå – Svær	45	30	12-15	60	40

Gældende krav til klasser.

Dette er de samme klasser som ved DM-sprint.

Er det hvad vi ønsker i 2020?

SM-sprint - Damer

Klasse	Sværhedsgrad	Lang	Mellem	Sprint	Ultralang	Nat
D10	Grøn – Begynder	20	15	-	-	-
D12	Hvid – Let	25	20-25	12-15	40	20
D14	Gul – Mellemsvær	35	20-25	12-15	60	25
D16	Sort – Svær	40	20-25	12-15	80	35
D18*	Sort – Svær	55	20-25	12-15	90	50
D20*	Sort – Svær	55	20-25	12-15	90	50
D21	Sort – Svær	70-80	30-35	12-15	105	55
D35	Sort – Svær	55	30-35	12-15	95	50
D40	Sort – Svær	50	30-35	12-15	90	45
D45	Sort – Svær	45	30-35	12-15	85	45
D50	Sort – Svær	45	30-35	12-15	80	40
D55	Sort – Svær	45	30-35	12-15	75	40
D60	Sort – Svær	45	30-35	12-15	70	40
D65	Sort – Svær	45	30-35	12-15	65	40
D70	Blå – Svær	45	30	12-15	60	40
D75	Blå – Svær	45	30	12-15	60	40
D80	Blå – Svær	45	30	12-15	60	40
D85	Blå – Svær	45	30	12-15	60	40
D/H90	Blå – Svær	45	30	12-15	60	40

Gældende krav til klasser.

Dette er de samme klasser som ved DM-sprint.

Er det hvad vi ønsker i 2020?

SM-medaljer – nuværende koncept

	Guld	Sølv	Bronze
Ungdom	Ja	Ja	Ja
H/D 21	Ja	Ja	Ja
Senior	Ja	nej	nej