

Course lengths OOCup/2022



Class	Stage 1		Stage 2		Stage 3		Stage 4		Stage 5	
	→ (km)	↑ (m)	→ (km)	↑ (m)	→ (km)	↑ (m)	→ (km)	↑ (m)	→ (km)	↑ (m)
M10	1,9	40	1,7	25	1,5	45	1,7	30	1,7	25
M10 Shadow.	1,9	40	1,7	25	1,5	45	1,7	30	1,7	25
M12	2,1	55	2,8	35	2,3	90	2,1	30	2,4	35
M14	3,1	100	3,5	140	2,7	100	3,6	40	3	100
M16	4,4	130	5	150	3,9	135	5,9	125	4,6	125
M18	5	140	8,3	255	6	265	7,2	170	5,5	165
M20	5	150	8,5	275	6	245	7,8	180	5,6	175
M21A Short	4,1	135	6,4	205	4,5	160	6,4	140	4,5	125
M21A Long	5	150	8,5	275	6	245	7,8	180	5,6	175
M21B	3,7	110	4,4	205	3,4	100	4,4	110	3,8	130
M21E	5,7	140	11,5	315	7,3	275	9,1	225	6,2	185
M35	5	150	8,5	275	6	245	7,8	180	5,6	175
M40	5	140	8,3	255	6	265	7,2	170	5,5	165
M45	4,8	130	7,6	230	5,3	210	6,9	170	5,1	155
M50	4,6	135	7	235	4,9	210	6,7	160	4,9	120
M55	4,1	135	6,4	205	4,5	160	6,4	140	4,5	125
M60	3,8	105	5,5	220	4,3	145	5,9	130	4,4	105
M65	3,2	105	4,3	165	3,3	135	4,5	95	3,5	125
M70	2,7	95	3,5	145	3	90	3,6	70	3,1	105
M75	2,7	95	3,5	145	3	90	3,6	70	3,1	105
M80	2,6	90	2,8	100	2,2	80	3,1	50	2,5	60
M85	2,6	90	2,8	100	2,2	80	3,1	50	2,5	60
W10	1,9	40	1,7	25	1,5	45	1,7	30	1,7	25
W10 Shadow.	1,9	40	1,7	25	1,5	45	1,7	30	1,7	25
W12	2,1	55	2,8	35	2,3	90	2,1	30	2,4	35
W14	3,1	100	3,5	140	2,7	100	3,6	40	3	100
W16	3,7	110	4,4	205	3,4	100	4,4	110	3,8	130
W18	3,7	125	4,8	150	3,7	125	5,6	125	4,2	125
W20	3,8	105	5,5	160	4,1	180	5,6	125	4,3	125
W21A Short	3,4	115	4,1	170	3,5	145	4,6	105	3,9	125
W21A Long	3,8	105	5,5	160	4,1	180	5,6	125	4,3	125
W21B	3,1	100	3,5	140	2,7	100	3,6	40	3	100
W21E	4,7	135	7,5	260	5,2	230	6,9	165	4,9	155
W35	3,8	105	5,5	160	4,1	180	5,6	125	4,3	125
W40	3,7	125	4,8	150	3,7	125	5,6	125	4,2	125
W45	3,6	120	4,5	175	3,5	120	4,7	110	3,9	95
W50	3,4	115	4,1	170	3,5	145	4,6	105	3,9	125
W55	3,2	105	4,3	165	3,3	135	4,5	95	3,5	125
W60	2,7	95	3,5	145	3	90	3,6	70	3,1	105
W65	2,7	95	3,5	145	3	90	3,6	70	3,1	105
W70	2,6	90	2,8	100	2,2	80	3,1	50	2,5	60
W75	2,6	90	2,8	100	2,2	80	3,1	50	2,5	60
W80	2,6	90	2,8	100	2,2	80	3,1	50	2,5	60
W85	2,6	90	2,8	100	2,2	80	3,1	50	2,5	60
OPEN A	5	120	6,4	225	5,1	220	7,2	180	5	145
OPEN B	3,6	125	3,5	175	3,5	120	3,7	90	3,3	105
OPEN C	3	85	3,1	105	2,7	105	3,6	55	2,9	75
OPEN D	3,7	95	3,8	100	3,3	100	3,6	70	3,5	35
OPEN E	2,2	85	3,1	45	2,7	100	2,4	35	2,3	35
OPEN F	1,9	40	1,8	25	1,5	45	1,7	30	1,9	25
Beginners	1,9	40	1,8	25	1,4	40	1,7	30	1,9	25