

I banlängderna tillkommer ca 300 m till startpunkt.					I laget får ingå max 9 stycken H21-39 och minst 7 stycken damer ska ingå. Av damerna skall minst en vara upp till D14 eller D45 och äldre och minst en vara upp till D18 eller D35 och äldre. Dessutom ska minst en HD16 eller yngre finnas med i laget.
Reserver: Emma B, Frida A, Jimmy, Andreas, Charlott					