**Respittider**

Parstafettens startlista räknas ut på basen av respittider.

Beroende av kön och ålder får varje löpare en respittid, sedan räknas den totala respittiden räknas ihop för varje lag.

Laget med mest respittid startar först.

|  |  |
| --- | --- |
| **Klass** | **Respittid per löpare** |
| H 21 | 0,00 |
| H 35 | -3,00 |
| H 40 | -3,00 |
| H 20 | -3,00 |
| H 18 | -3,00 |
| H 45 | -5,00 |
| H 16 | -5,00 |
| H 50 | -7,00 |
| H 55 | -8,00 |
| H 60 | -9,00 |
| H 14 | -9,00 |
| H 65 | -10,00 |
| H 70 | -12,00 |
| H 12 | -12,00 |
| H 75 | -14,00 |
| H 10 | -14,00 |
| H 80 | -18,00 |
| D 21 | -6,00 |
| D 20 | -8,00 |
| D 18 | -8,00 |
| D 35 | -8,00 |
| D 16 | -9,00 |
| D 40 | -9,00 |
| D 45 | -11,00 |
| D 50 | -12,00 |
| D 55 | -13,00 |
| D 14 | -13,00 |
| D 60 | -15,00 |
| D 12 | -15,00 |
| D 65 | -16,00 |
| D 10 | -16,00 |