

日にち			開催地		大会名	種目	距離	
11月	16日	金	SWEDEN	Bruksvallarna	FISレース	クラシカル	10km	
	17日	土				フリー	5km	
	18日	日				クラシカル	スプリント	
	24日	土	FINLAND	Ruka		クラシカル	スプリント	
	25日	日				クラシカル	10km	
	30日	金	フリー	スプリント				
12月	1日	土	NORWAY	Lillehammer	ワールドカップ(1ピリオド)	フリー	10km	
	2日	日				クラシカル	10km(パシュート)	
	8日	土	NORWAY	Beitostolen		フリー	15km	
	9日	日				クラシカル/フリー	5km(リレー)	
	15日	土	SWITZERLAND	Davos		フリー	スプリント	
	16日	日				フリー	10km	
2月	20日	水	AUSTRIA	Seefeld	2019ノルディック世界選手権大会	クラシカル	5km	
	21日	木				フリー	スプリント	
	23日	土				クラシカル/フリー	15km(アスロン)	
	24日	日				クラシカル	チームスプリント	
	27日	水				クラシカル	10km	
	28日	木				クラシカル/フリー	5km(リレー)	
3月	2日	土	ROSSIYA	Krasnoyarsk	ユニバーシアード	フリー	30km	
	3日	日				クラシカル	5km	
	4日	月				フリー	5km(パシュート)	
	6日	水				フリー	スプリント	
	8日	金				クラシカル	チームスプリント	
	9日	土				クラシカル/フリー	5km(リレー)	
	11日	月	フリー	15km				
	22日	金	CANADA	Quebec		ワールドカップ(ファイナル)	フリー	スプリント
	23日	土					クラシカル	10km
24日	日	フリー			10km(パシュート)			