

4-toppløpet



Starten går fra Møllerhaugen (Camilla Colletts veg 39) klokka 08:00.

Dere sykler sammen til Ninabben (fra Møllerhaugen, ned Eggerskjæringa, over gamle Sundbrua opp til Skovseth og Østsida). Jeg kommer til å være ved foten av Ninabben og passe på sykler der. Deretter er det vanlige veien til Nord-Feiring og Stubberudvegen opp til sykkelparkering ved Skreikampen. Der vil det være matstasjon og en som passer på syklene. Fra Fering og over til Hurdal er det et gåparti. Jeg har ikke testet GPX fila der, men det skal bare være å navigere etter “streken” på computeren. Når dere kommer over til Steinsjøen og skytefeltet følger dere hovedveien ned forbi skisenteret og ned til bygda. Før dere skal klatre oppover mot sykkelparkeringa og Fjellsjøkampen og matstasjon. Etter Fjellsjøkampen, hovedveien ned til Hurdal sentrum, Minneåsen helt til dere kommer til Byfellavegen. Videre Spetalsvegen til Spetalen. Der vil jeg få hengt opp en sykkellås, slik at sykler kan låses til gjerdet. Koden til låsen vil være **9876** slik at alle kan låse syklene der (og alle kan bruke samme lås).

Obligatorisk utstyr:

Sekk med joggesko

GPS

Mobiltelefon (med strøm)

Næring, hvis behov for mer enn det du får på matstasjoner

Tilbud på matstasjoner (Skreikampen og Fjellsjøkampen)

Grovbrød med salt og søtt pålegg (svartpølse og sjokoladepålegg)

Bananer

Coca Cola

Saft

Link til dropbox og gpx fil: <https://www.dropbox.com/scl/fo/jus0q6rnqr616xv7urc2u/AEZL-sEyRCPcdnGWsv4HYNw?rlkey=npi88h1yp5i1j43nmidktzgal&st=lem020cv&dl=0>

Link til regneark hvor dere fyller inn eget telefonnummer og til en pårørende [4topp.xlsx](#)

Telefonnummer Rune (Skreikampen) 906 36 626 og Sven-Kåre 480 93 007

GPX fil.

Klikk på linken til Dropbox og videre på gpx fila. Last den ned til telefonen din og åpne den i Garmin connect.