

I samarbeid med:

Kjøpsvik Pensjonistforening, Kjøpsnes Idrettslags turgruppe,



Kjøpsviktrimmen 2015

Dato:	Turen går til:	Oppmøtested:	Kl	Grad
21.04	Rundt dammen	Torget i Kjøpsvik	17.00	1
28.04	Haukøya	Haukøykrysset	17.30	1
05.05	Hundholmfjellet	Ungd. Huset i H.holmen	17.30	2
12.05	Kobbvikhøgda	Torget i Kjøpsvik	17.30	2
19.05	Skihytta	Torget i Kjøpsvik	17.30	2
26.05	Kobbvika	Kobbvikhøgda	17.30	1
02.06	Storbotnvatnet	Torget i Kjøpsvik	17.30	2
09.06	Kjøpsvikvannet	Torget i Kjøpsvik	17.30	2
16.06	Mulbukttinden	Tømmeråsbotn	16.30	3
30.06	Lifjellet	Torget i Kjøpsvik	16.30	3
29.08	Halls fortopp	Parkeringsplassen ved Stetind	10.00 !!!	3

Ta på turskoene, litt mat og drikke i sekken og bli med på tur ☺

Kontaktperson: Emma Kristensen, tlf 99236762

Henrik Beck Østergaard, tlf 97136516

Litt info om turene i Kjøpsviktrimmen 2015

- 1) **Rundt dammen:** Klippetanga henger i ett stort tre like etter man har gått bort fra grusveien. Da det er mulig å kjøre helt opp til dammen er turen er godt egnet for rullestoler, barnevogner og rullatorer. Det er fullt mulig å gå grusveien tilbake hvis terrenget på andre siden skulle by på utfordringer. Turen tar omkring 1 -1.5 time iberegnet kaffepause.
- 2) **Hundholmfjellet:** Klippetanga henger ved postkassen til Kjøpsnes idrettslag. Terrenget er kupert, men uten bratte stigninger. Det er for det meste sti, men stedvis bart fjell. Turen tar 2 -3 timer iberegnet kaffepause.
- 3) **Haukøya:** Klippetanga henger ved trimkassen i svingen før du kommer til Haukøya. Turen er på rimelig flat grusvei og godt egnet for rullestoler, barnevogner og rullatorer. Turen tar ca 2 timer iberegnet kaffepause.
- 4) **Lifjellet:** Klippetanga henger på høyeste topp. Turen opp har lett stigning til å begynne med. Fra Skihytta og opp er det ganske stor stigning og på slutten er det ganske bratt. Turen tar ca. 5 timer iberegnet kaffe/matpause.
- 5) **Storbotnvatn:** Klippetanga henger i det samme treet som trimkassen til Kjøpsnes Idrettslag, litt nedenfor vannet. Turen opp har lett stigning til å begynne med, men stigningen øker på etter hvert og det siste partiet er litt bratt. Turen tar ca. 3 timer iberegnet kaffepause.
- 6) **Skihytta:** Klippetanga henger ved trappa. Første del av turen går på grusvei med lett stigning, men etter hvert blir det litt brattere. På slutten er det ganske stor stigning. Turen tar 2 – 2,5 timer iberegnet kaffepause
- 7) **Kobbvikhøgda:** Klippetanga henger på postkassen til Kjøpsnes idrettslag (man må gå litt forbi selve toppen). Man går på asfalt hele veien. Turen kan derfor godt benyttes av rullestoler, rullatorer og barnevogner. Det er stigninger på siste del av turen. Turen tar 2 -2.5 timer iberegnet kaffepause
- 8) **Fortoppen:** Klippetanga henger på toppen. På turen fra parkeringsplassen og opp mot Svartvannet er det ganske stor stigning. Inn langs vannet er det omtrent flatt. Fra vannet, inn ura og opp mot toppen er det ganske stor stigning. Turen tar ca. 7 – 9 timer iberegnet kaffe/matpause. **En bør være i god fysisk form for å være med på denne turen. Det er også mulig å delta bare opp til Svartvatnet og vente der mens de andre går opp på toppen.**
- 9) **Kobbvika:** Klippetanga henger i et tre når man kommer ned til sjøen. Turen går på godt etablert sti. Ingen bratte stigninger. Turen tar 1.5 -2 timer iberegnet kaffepause
- 10) **Mulbukttind:** Klippetanga henger på toppen. Turen fra parkeringsplassen og opp første etappe er ganske bratt, så blir det lett til moderat stigning mot toppen. Turen tar ca. 5 – 6 timer iberegnet kaffe/matpause.
- 11) **Kjøpsvikvannet:** Klippetanga henger ved siden av den grønne kassen. Turen opp har lett stigning til å begynne med. Fra Skytterhuset og opp er det ganske jevn stigning og et stykke på slutten er det ganske bratt.