

Løypebeskrivelse Kristins Runde side 1

Ref	Distanse	Beskrivelse	Veiledning	Til neste punkt
1	0	START	Rett fram på grusvei	480
2	480	Veikryss	Rett fram (høyre) på grusvei	2 940
3	3 420	Veikryss	Stempling Til høyre på grusvei, senere kjerrevei	580
4	4 000	Vei slutt - kjerrevei/sti fortsetter	Fortsett på delvis teknisk kjerrevei/trillesti for sykkel	2 030
5	6 030	Start grusvei	Følg grusveien (til venstre)	1 450
6	7 480	Veikryss Mosjøen N	Rett fram (til venstre) på grusvei	4 530
7	12 010	Veikryss, Øyangen Vel	Til høyre på asfaltvei	500
8	12 510	Kryss vei/kjerrevei	Til venstre på kjerrevei og sti (vann på h.side når du er på kjerreveien)	210
9	12 720	Stikryss	Til høyre på sti - skilter til "Ringkolltoppen"	910
10	13 630	RINGKOLLEN 701 moh	Stempling Tilbake til veikryss Øyangen Vel (Ref 7)	1 690
7	15 320	Veikryss, Øyangen Vel	Rett fram på asfaltvei	730
11	16 050	Jonsetangen, slutt på asfalt	Servicepunkt 1 DROP BAG Rett fram grusvei (skrått høyre) forbi bom	1 750
12	17 800	Veikryss	Til venstre, skilt "Uglaveien-Spålsveien" på grusvei	1 140
13	18 940	Veikryss	Til høyre, skilter "Steinbutjern-Spålsveien"	480
14	19 420	Veikryss kjerreveier	Til venstre, skilt "Spålsveien". Etter 40 meter inn på "Trillesti", blanding sti/trillesti	1 170
15	20 590	Kryss sti/vei	Spålsveien, til høyre, skilt "Storflåtan" på grusvei	3 050
16	23 640	Veikryss "Gunnar-skrenten"	Stempling Rett fram, skilt "Storflåtan" på grusvei	740
17	24 380	Veikryss	Rett fram, skilt "Storflåtan-Damtjerna" på grusvei	210
18	24 590	Veikryss	Til venstre, skilt "Heggelivann" på grusvei	2 080
19	26 670	Veikryss	Til venstre, skilt "Kringla-Sørkedalen skole" på grusvei	2 290
20	28 960	Veikryss N.Kuvelia	Til høyre på kjerrevei.	1 500
21	30 460	Veikryss kjerreveier	Rett fram (høyre). Etter 30 meter til høyre på blåmerket teknisk sti.	970
22	31 430	OPPKUVEN 704 moh	Stempling Tilbake til veikryss N.Kuvelia (Ref 20)	2 560
20	33 990	Veikryss N.Kuvelia	Til høyre på grusvei.	1 830
23	35 820	Veikryss	Til høyre, skilt "Kringla-Sørkedalen skole" på grusvei	2 830
24	38 650	Veikryss Kringla	Stempling Til venstre, skilt "Sandungen" på grusvei	1 180
25	39 830	Veikryss (løpets laveste punkt 320 moh)	Rett fram skilt "Sandungen gård" på grusvei	2 570
26	42 400	Veikryss	Rett fram skilt "Sandungen gård" på grusvei	2 290
27	44 690	Veikryss Sandungen gård	Stempling Til venstre skilt "Katnosa gård" på grusvei	2 500
28	47 190	Veikryss	Rett fram (høyre) på grusvei	3 050
29	50 240	Veikryss	Til høyre, skilt "Gjerdingen dam-Stryken" på grusvei	1 600
30	51 840	Veikryss	Stempling Rett fram (venstre)	1 600
31	53 440	Veikryss	Rett fram (høyre), skilt "Gjerdingen dam-Stryken" på grusvei	760

Løypebeskrivelse Kristins Runde side 2

Ref	Distanse	Beskrivelse	Veiledning	Til neste punkt
32	54 200	Veikryss	Til venstre, skilt "Gjerdingen dam-Svartbekken". Etter 180 meter til høyre over demningen på grusvei/kjerrevei	230
33	54 430	Slutt på kjerrevei, kryss stier	Til høyre, trillesti og teknisk sti, skilt "Rajebråten-Svartbekken"	770
34	55 200	Kryss sti/vei	Til høyre, grusvei, skilt "Svartbekken-Grua" på grusvei	4 430
35	59 630	Veikryss	Stempling Rett fram (høyre) på grusvei	580
36	60 210	Veikryss Svartbekken	Servicepunkt 2 DROP BAG Til venstre, følg veien nordover på grusvei	2 720
37	62 930	Veikryss	Til venstre, mot Mylla på asfaltvei	680
38	63 610	Veikryss Mylla	Til venstre på grusvei	100
39	63 710	Veikryss	Til høyre gjennom bom på grusvei, skilt "Trantjern-Tverrsjøstallen"	2 300
40	66 010	Veikryss Ålsjøvika	Stempling Rett fram på grusvei	2 450
41	68 460	Veikryss	Til høyre, skilt "Olimb" på kjerrevei	510
42	68 970	Veikryss	Til høyre, skilt "Olimb" på grusvei	60
43	69 030	Veikryss	Til venstre på grus-/kjerrevei	280
44	69 310	Kryss vei/sti	Til høyre opp stien, sti/terreng	670
45	69 980	HELGEHAUGEN 705 moh	Stempling Samme vei ned - til kryss vei/sti (Ref 44)	660
44	70 640	Kryss vei/sti	Til høyre på grus-/kjerrevei	1 250
46	71 890	Bakketopp	Til høyre, deretter til venstre etter 20 meter, hogstvei og sti	600
47	72 490	Stikryss	Til høyre ved varde, sti	280
48	72 770	LAMANNSHAUGEN 701 moh	Stempling Tilbake samme vei - til grusvei (Ref 43)	2 420
43	75 190	Veikryss	Til høyre på grusvei	50
42	75 240	Veikryss	Rett fram, skilt "Tverrsjøstallen" på grusvei. OBS... ta av på sti 290 meter framme.	290
49	75 530	Sindersetra. Kryss vei/sti	Til høyre, blåmerket sti - delvis teknisk, skilt "Ølja-Tverrsjøstallen".	1 490
50	77 020	Sti slutt - grusvei starter	Rett fram på grusvei	460
51	77 480	Kryss vei/sti	Til høyre, skilt "Svartjernshøgda" på teknisk sti	1 280
52	78 760	SVARTTJERNSHØGDA 717 moh	Stempling Tilbake samme vei - til grusvei (Ref 51)	1 320
51	80 080	Kryss vei/sti	Til høyre på grusvei	1 050
53	81 130	Vegkryss Tverrsjøen (toalett)	Til høyre på grusvei	370
1	81 500	MÅL Tverrsjøstallen	Stempling	

81.5 km = 50,6 miles