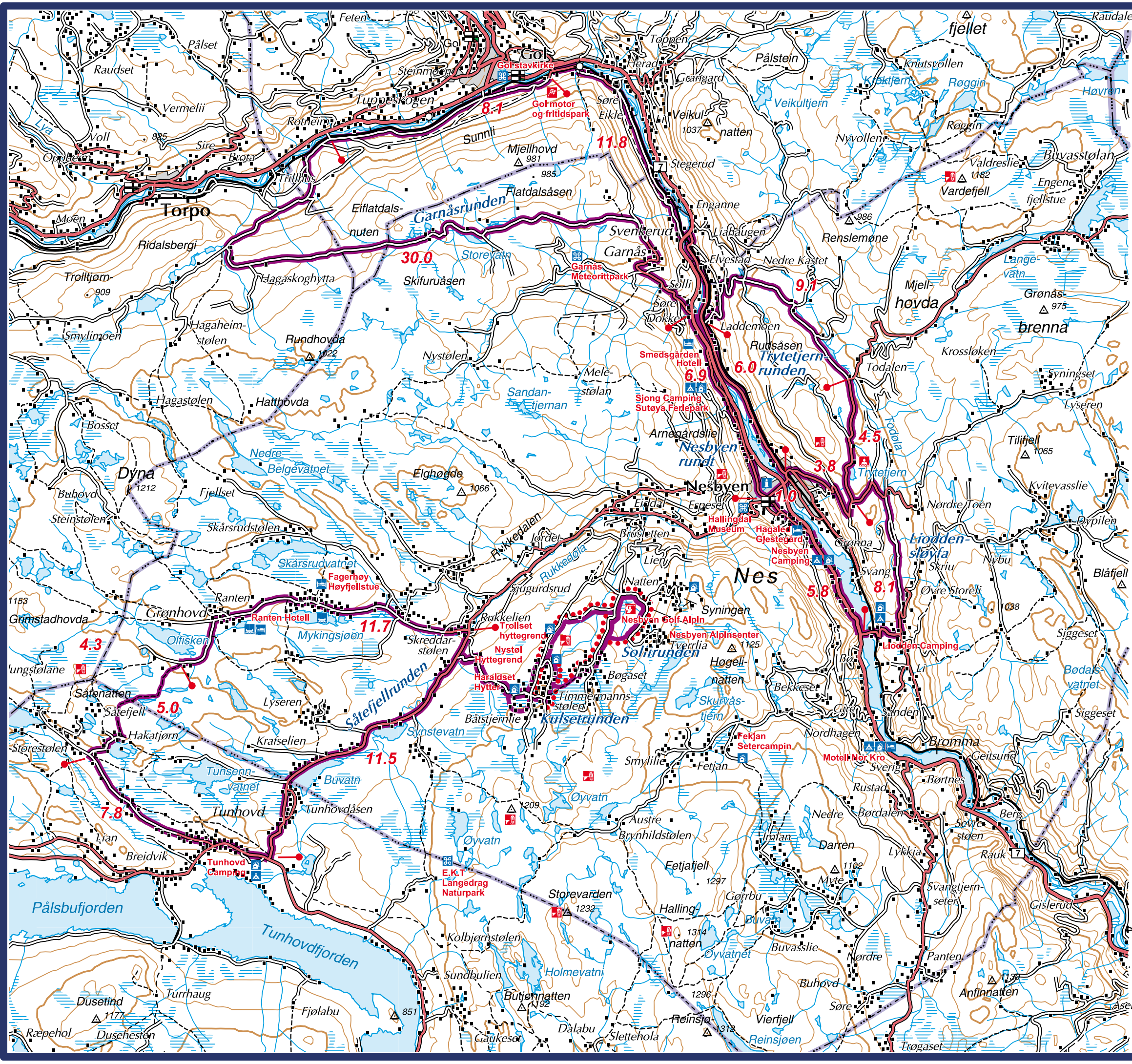


Sykkel og stavgang



- AKTIVITET**
- BADING, open air bath
 - TURMÅL
 - MOTORSPORT
 - KANOPADDLING, canoe paddle
 - GOLF, golf
 - SYKKELROUTE, MERKA, cycle route
 - STAVGANGLØYPE, nordic walking
- SERVICE:**
- INFORMASJON, informasjon
 - SPISESTED, restaurant
 - HOTELL, OVERNATTING, hotel
 - CAMPINGPlass, camping
 - UTLEIEHYTTE, cabins for rent
 - SEVERDIGHET, place of interest
- ROADS:**
- RIKSVEI, state road
 - FYLKESVEI, county road
 - KOMMUNAL VEI, district road
 - PRIVAT VEI, private road
 - TRAKTORVEG, vehicle road
 - STI, path
 - JERNBANE, railway
 - BRU, bridge
 - SKITREKK, ski lift
- OTHER FEATURES:**
- HØYDEKURVER, contour lines
 - MYR, marsh
 - BEKK, stream
 - VANN, lake
 - SKOG, forest
 - KOMMUNEGRENSE, district boundary
 - TETTSTAD, built-up area
 - GARD, BOLIG, farm, house
- KART FOSSEY NOTODDEN**
N50 kartdata
NE 13889-20506
Utgitt 2007
- 0 5 km

Ottofigurene i Nesbyen



En figurvandring er en vandring gjennom Gamle Nes, som er den eldste delen av Nesbyen sentrum. 13 figurer i Nesbyen sentrum bringer deg blant annet til Hallingdal Museum, historiske veier, Rukkedøla med sine kjente fossejuv, gallerier og brukst kunstbutikker sammen med annen handel. I Gamle Nes ser du flotte herskaps hus og halligstuer fra forrige århundre. Arkitekturen gir Nesbyen en spesiell atmosfære og en interessant historie. En figurvandring kan også være en fin opplevelse på sykkelsetet. God tur!

The Otto figures. A figure walk is a walk through Old Nes, which is the oldest part of Nesbyen centre. Thirteen figures brings you around to Hallingdal Museum, historical roads, the famous Rukkedøla river, galleries and art shops. In the old part of Nes you experience gentry's houses and farm houses side by side. The architecture gives Nesbyen a special atmosphere and an interesting history. Take the figure trip on bike. Welcome!



Figur-vandring
Mer info Nesbyen turistkontor/More info at Nesbyen tourist office

Nesbøen



Løypenett for sykkel og stavgang / Biking and nordic walking routes

Nesbøen

Merkede sykkel-/stavgangsruiter i Nesbøen Marked cycle- and nordic walking routes in Nesbøen

Nesbøen ligger sør i Hallingdalen, og nærmest østlandsområdet (168 km fra Oslo). Her har du flere flotte ruiter i dalen med ulik vanskelighetsgrad. I fjellet går turene langs fjellveier og i terrenget, også her med ulike vanskelighetsgrader. Nesbøen er et populært reisemål for syklister, da terrenget er godt egnet og naturen fantastisk. Nesbøen er godkjent Syklist Velkommen-destinasjon. To av sykkelrutene er i tillegg merket for stavgang.

Nesbøen is situated at the southern end of the Hallingdal valley, which is the end closest to Oslo (168 km). There are some great routes through the valley that cater to beginners and experienced cyclists alike. In the mountains you can cycle along mountain roads and off-road, and again there is something for cyclists of all standards. Nesbøen has always been a popular destination for cyclists, on account of its ideal terrain and fantastic scenery. Two of the cycle routes are also marked as Nordic walking routes.



Kuluseitrunnen, ca 5 km

Gradert grønn. Ruten går forbi Kuluseitberget og Kuluset natursti. Kan anbefales for hele familien og går på grusveier mellom gamle støier og i hytteområder. Med en liten avstikker til Kuluseitberget får en panoramautsikt til blant annet Hallingskarvet og Hemsedalsfjellene. Et flott utgangspunkt for turen er ved Nystølkrøken.

The Kuluset circuit, approx. 5 km

Graded green. It goes past Kuluseitberget and the Kuluset nature trail. Recommended for the whole family. Runs along gravel roads amongst old summer farms and clusters of holiday cabins. If you take a detour up to Kuluseitberget you will get panoramic views of Mount Hallingskarvet and the mountains around Hemsedal. A good place to start is at Nystølkrøken.



Nesbøen rundt, 15km

Turen går gjennom Nesbøen sentrum og Gamle Nes. Gjør dette til din kulturelle, med stoppesteder som Hallingdalen Museum, gallerier, bruksmuseibutikk eller "figursykling" med Otto-figurene (mer info på turistkontoret). Like etter Smedsgården må rv. 7 krysses to ganger p.g.a. slutt på sykkelvei (stor trafikk). Fortsett over bruene og videre østover tilbake til sentrum. Turen er gradert grønn.

The Nesbøen circuit, 15 km.

Cycle through the old town where you can see the houses of the government officials. Make this your cultural circuit, stopping at the Hallingdal Museum, galleries and art and craft shops, or try "figure cycling" around Otto Skaret's distinctive sculptures (more info at tourist office). You have to cross the main road 7 two times (much traffic) and cross the bridge. Then follow the east side of the river back to the town centre. The route is graded green.



Sollirunden 10 km

Her sykkel/går du gjennom det flotte kulturlandskapet Sollia. Underveis anbefales et stopp på Nystølkrøken kafé eller et stopp ved Nesbøen Golf Alpin hvor du kan teste golfslaget. Sykkelrutene er gradert rød p.g.a. noen bratte bakker.

The Sollia circuit, 10 km.

Cycle through the beautiful cultural landscape around Sollia. Why not stop at the Nystølkrøken café or at Nesbøen Golf Alpin, where you can try out your golf swing. This route is graded red on account of some steep climbs.



Trytefjern-runden

Starten i Nesbøen sentrum og fortsetter over Todalen forbi det kjente badevannet Trytefjern. Turen kan forlenges med en runde nedom Liødden, hvor du kan stoppe ved Liødden Kulturlandskapsområde. Trytefjern runden er ca. 26,7 km lang, med runden om Liødden er turen totalt ca 40 km (26,7 km + 14 km). Runden er gradert rød p.g.a. stigninger ved start/slutt samt noe sykling langs rv. 7 (2 km).

The Trytefjern circuit

Starts in Nesbøen town centre and continues via Todalen past Trytefjern, a lake known for its good bathing temperatures. You can extend your trip by going via Liødden, where you can stop at the Liødden Cultural Landscape Area. The Trytefjern circuit is approx. 26.7 km long, and including the 14 km detour to Liødden the total trip is approx. 40 km long. It is graded red on account of steep hills at the beginning/ end and some cycling at main road 7.



Såtefjellrunden, 40 km

Fra Myking over fjellet til Tunhovd. Her er du på høyfjellet med flotte utsiktspunkt og flere fiske-/badevann. Du sykler både på fjellveier, i terrenget langs stier og på mer trafikkerte veier. Ruta er gradert sort.

The Såtefjell circuit, 40 km

From Myking over the mountains to Tunhovd. This takes you high up into the mountains, where there are great views and several lakes where you can go fishing or swimming. You both are cycling at mountain roads, in terrain and at roads with more traffic. The route is graded black.

Garnåsrunnen, 57 km.

Start i Nesbøen sentrum, over bruene til stasjonen, og følg samme trasé som Trytefjernrunden. Ved Sverkerud sykler du over bruene og tar vestsiden av veien mot Gol og videre forbi Gol stasjon samt motorsenteret. Forsett så veien oppover til du tar av opp Ridalen ved Torpo. Deretter følger du veien gjennom Fladalen og gjennom krateret. Ned Garnås-veien til riksveien, og så følger du traséen til Nesbøen Rundt tilbake til sentrum. Turen er gradert sort og passer godt for deg som ønsker en god treningstur på sykkel eller kanskje en familietur med overnatting.

The Garnås circuit, 57 km

Start from Nesbøen town centre, cross the bridge to the station, and follow the same route as the Trytefjern circuit. Cycle across the bridge at Sverkerud, and take the western road towards Gol. Pass Gol station and the garage. Continue up the road before turning off up the Ridalen valley at Torpo. Then follow the road through Fladalen and the meteorite crater. Head down the Garnås road until you reach the main road, and then follow the Nesbøen circuit back to the town centre. This route is graded black, and is ideal for people who want to get some serious exercise or perhaps an overnight tour.



SE KART PÅ BAKSIDEN / SEE MAP ON OTHER SIDE

LETT / EASY MIDDELS / MEDIUM KREVENDE / DEMANDING



Sykkelutleie / Cycle hire
I sentrum/in the town centre: Nesbøen Turistkontor tel. 32 07 01 70, www.nesbøen.no
Forhåndsbestilling anbefales.
Booking in advance/drop in.
På fjellet/in the mountains: Nystølen Hyttegrend tel. 958 55 015, www.nystolen.no

Sykkelsetevise / Cycle services
Tretrend sport, Rolikken
Apmingssteder/Opening hours: Torsdag og fredag/Thursday and Friday 13.00-18.00
Lørdag/Saturday 11.00-14.00
Tel.: 32 08 33 78, www.tretrendusport.no

G-sport, Nesbøen sentrum
Apmingssteder/Opening hours: Mandag-onsdag/Monday-Wednesday 10.00-17.00
Torsdag og fredag/Thursday and Friday 10.00-19.00
Lørdag/Saturday 10.00-15.00
Tel.: 32 07 10 47

Kart / Map
Turkart for Nes kommune (1:50.000) fås kjøpt på turistkontoret. Du finner også digitale kart over de enkelte sykkelrutene på www.nesbøen.no
More information at Nesbøen tourist office.
Nes community walking map can be bought at the tourist office (1:50000).
There are also digital maps of the individual cycle routes at www.nesbøen.no

Syklist Velkommen overnatting / Cyclists Welcome accommodation*)
Her får du informasjon om sykling i nærområdet samt oppbevaring av sykkel ved overnatting.
They will give you good information about cycling in Nesbøen and can take care of your bike.

Smedsgården Hotel tel. +47 32 06 81 25
Hagaled Gjestegård, tel. +47 32 07 10 07
Hagaled Farm lodge, tel. +47 32 07 13 07
Nesbøen Camping, tel. +47 32 06 94 10
Fagerhøy Fjellstue, tel. +47 99 70 25 44
Haraldset Hytter, *) per 2007

Nesbøen turistkontor / booking,
Jordestagen 5, 3540 Nesbøen, tel. 32 07 01 70, www.nesbøen.no
Nesbøen turist office / booking,
Jordestagen 5, N-3540 Nesbøen, tel. +47 32 07 01 70, www.nesbøen.no

GULLINGSRUD A/S

3540 Nesbøen - Tlf: 32 07 10 47

SPORT

