

STORE ØYSTRE SLIDRE-RUNDEN

FAGERNES-SKRAUTVÅL-DALEN-FULLSENN-SKATRUDSTØLEN-RABBALEN-ROGNE-SKRAUTVÅL-FAGERNES



78 km
vanskelig (ekspert)
ikke egnet for barn
ca. 1325 høydemeter

approx. 78 km
demanding (expert)
not suitable for children
approx. 1325 meters

ca. 78 km
anspruchsvoll (Expert)
nicht für Kinder geeignet
ca. 1325 Höhenmeter

Dette er en stor, flott runde i de mindre kjente stølsområdene øst i Valdres – i Nord-Aurdal og Øystre Slidre – for dem som ønsker en skikkelig langtur. Ruta er ikke gjennomgående skiltet, så her gjelder det å følge med på et godt turkart som dekker området. Underveis er det muligheter for beinstrekk, og det finnes flere fine rasteplasser langs ruta.

Fra Fagernes, følg skilt til Skrautvål, der du til høyre mot Valdres Skisenter. Du kan se frem til en god stigning fra 365 til 900 moh de første 9 km. Etter stigningen fortsetter turen på rolige stølsveier i småkupert terrelleng med flott utsikt mot Jotunheimen. Turen fortsetter videre forbi Trollåsen til Vangsjøen/Rabbalen, og man fortsetter på den bratte nedstigningen mot Rogne. Herfra følger man fv 51 noen km, forbi Rogne kirke, og tar til venstre inn mot Skrautvål ved den gamle butikken for å følge Skrautvålsvegen ned tilbake til Fagernes.

"Strafferunde":

En snaut 20 km lang tillegsrunde med 375 høydemetre ekstra går (delvis på traktorslep) fra Fullsennlie mot Flakstadlægeret, videre mot Kvifeten og via Etnestølen til Sørre Trollåsen, hvor man treffer hovedruta igjen.

Tips:

Ta en avstikker til små huler («Tjuvekjeldaren») ved Fullsennknatten, bestig Fullsennknatten, Synhaugen eller Rabbalsmellen på veien eller forsök fiskelykken ved Skåljern.

This tour is suitable for the more experienced cyclists who enjoy variation and are looking for a long day out. It leads through lesser well-known and remote mountain farm areas in the eastern parts of Valdres - the municipalities of Nord-Aurdal and Øystre Slidre. The route is not signed, so you need to bring a topographical map of the area. There are several places to stop along the way.

From Fagernes, follow the signs to Skrautvål. There, turn right towards Valdres Skisenter and continue in the direction of Dalen. The first 9 km will take you from 365 m.a.s.l. to 900 m.a.s.l, so brace yourself for a tough start. Once you reach the high plateau you can enjoy easier cycling on good gravel roads and a spectacular view to the National Parks of Jotunheimen and Langsua. Continue via Fullsennlie, Trollåsen and Skatrudstølen to Rabbalen. From there, the road leads downhill towards Rogne. Turn left, and follow road 51 for a few km, past Rogne church, and turn left towards Skrautvål. Stay on Skrautvålsvegen back to Fagernes.

"Penalty loop":

An extra loop just short of 20 km length (375 extra meters in elevation gain) leads from Fullsennlie towards Flakstadlægeret, further partly on a tractor track towards Kvifeten and from there via Etnestølen back to Sørre Trollåsen, where you are "back on track" on the main route.

Tip:

Walk to the summit of the hills of Fullsennknatten, Rabbalsmellen or Synhaugen to enjoy an even better view over large parts of northern Valdres.

Dies ist eine weite, anspruchsvolle Tour für erfahrene Radfahrer, die auf der Suche nach einem langen Tag auf den Rädern sind. Sie führt durch weniger bekannte, abgelegene Almgebiete im östlichen Valdres in den Gemeinden Nord-Aurdal und Øystre Slidre. Die Route ist nicht durchgehend

beschildert, und sie benötigen eine topografische Karte zur Orientierung. Unterwegs gibt es mehrere schöne Rastplätze.

Sie folgen der Ausschilderung von Fagernes nach Skrautvål und biegen hinter der Kirche rechts auf den Svarthamarvegen in Richtung Valdres Skisenter ab. Diesem folgen sie bis Dalen. Die ersten 9 km ab Fagernes enthalten einen heftigen Anstieg von 365 auf 900 Meter, doch ein Stück nach dem Valdres Skisenter geht der Anstieg in hügelige Waldlandschaft und nach und nach offene Fjellandschaft über. Die Tour führt weiter via Fullsennlie und Trollåsen nach Vangsjøen/Rabbalen, von wo aus es nach Rogne zur Hauptstraße hinunter geht. Sie biegen links auf die Fv51 in Richtung Fagernes, an der Rogne Kirche vorbei und am Schieferbruch wieder links (gleich wieder rechts) in Richtung Skrautvål. Sie folgen dem Skrautvålsvegen via Skrautvål bis zurück nach Fagernes.

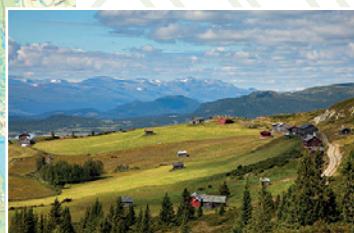
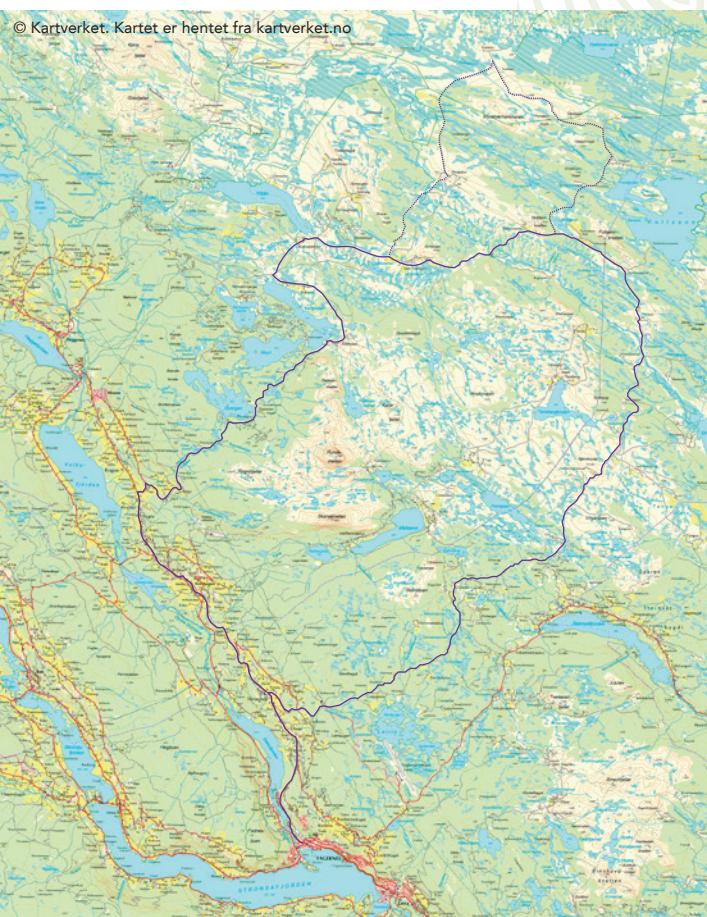
"Strafrunde":

Eine knapp 20 km lange Erweiterungsmöglichkeit (375 extra Höhenmeter) besteht ab Fullsennlie. Biegen sie hier in Richtung Flakstadlægeret ab und radeln (teils auf Traktorweg) via Kvitefeten und Etnestølen nach Søre Trollåsen, wo sie wieder auf die Hauptroute treffen.

Tipp:

Legen Sie eine Besteigung des Fullsennknatten oder des Rabbalsmellen ein oder machen Sie einen Abstecher zum Synhaugen, um eine noch schönere Aussicht über die Gegend zu bekommen.

© Kartverket. Kartet er hentet fra kartverket.no



Photos:
www.valdresbilder.no