

Tegnforklaring/Keys to the symbols

i HemsedalTuristkontor
Hemsedal Tourist Office

P Parkering
Parking area

🎣 Isfiske tillatt
Ice-fishing permitted

— Maskinpreparert skiløype
Groomed cross-country tracks

--- Lysløyper
Floodlit tracks

--- Skiløype kjørt med scooter
1-2 ggr/uke
Forbeholdt hundekjøring
Track for dog sledging

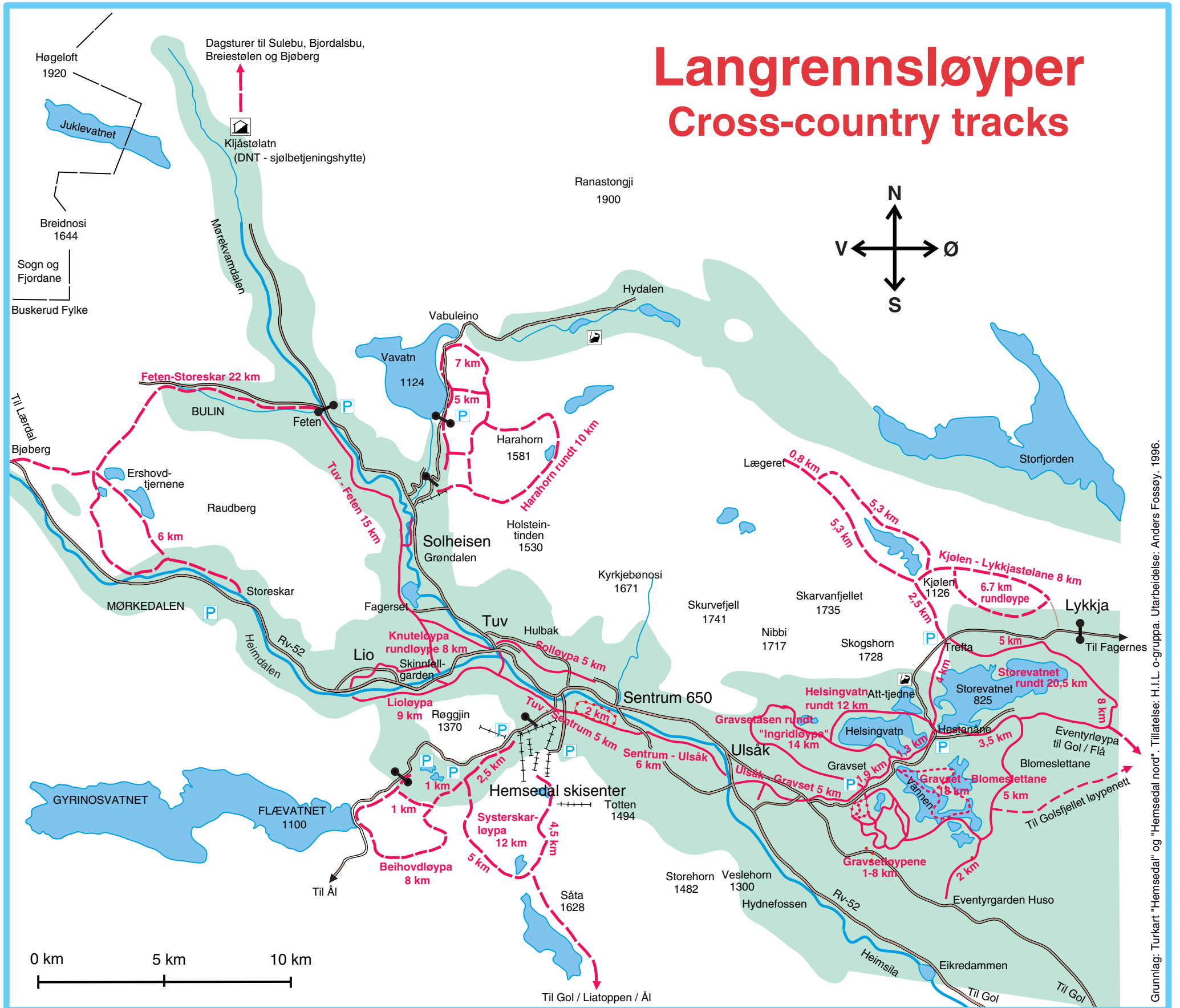
--- Høyfjellsløype
Merkes/prepareres ved stabilt godt vær
Marked mountain tracks, groomed when the weather is good

⚡ Vinterstengt veg
Road closed during winter

⚡ Bomvei
Toll road



Unngå bakglatte ski!
TOTTEN SPORT
gir deg råd
og veiledning
www.totten-sport.no



Grunnlag: Turkart "Hemsedal" og "Hemsedal nord". Tillatelse: H.I.L. o-gruppa. Utarbeidelse: Anders Fossoy, 1996.

Løypebeskrivelser / Track descriptions



NORSK

Det finnes 130 km maskin-preparerte løyper i dal- og skogsterreng og 80 km merkede høyfjellsløyper.

Tur- og løypekart

Topografiske kart med info om skiløypene selges på Turistkontoret, turistbedrifter og i sportsbutikker. Vi anmoder å ha kart og kompass med på høyfjellstur!

Lysløyper til kl 23.00

Sentrum

5 km kupert rundløype.

- Gå over brua ved Turistkontoret, ta første vei til høyre gjennom Bru-Haug Camping.
- Her er også opplyst gangvei til Hemsedal Skisenter.

Gravset

2 og 3 km rundløyper, også skøyetrassé.

Dalløypene

Kjøres opp så ofte som vær og snøforholdene gjør det nødvendig.

Solløypa

5 km kupert løype mellom sentrum og Tuv.

- **Fra sentrum:** følg veien opp mellom Hemsetunet og Skogstad Hotell og ta tredje vei til venstre (Seljeveien, ikke parkering her) helt til endes. Ender ved Hemsedal Hotell på Tuv.
- **Fra Tuv:**
Alt. 1: Løype på høyre side ca. 50 m etter avkjøring mot Grøndalen.
Alt. 2: Kjør veien mot Grøndalen, ta til høyre mot Hulbak. Løypestart ved Hulbak Camping.
Ender ved Seljeveien i sentrum.

Sentrum – Ulsåk

6 km lett løype.

- Gå over brua ved Turistkontoret, ta første vei til høyre gjennom Bru-Haug Camping. Ender ved Moen Camping.

Tuv – Sentrum

5 km lett løype via Hemsedal Skisenter.

- **Fra sentrum:** Se beskrivelse for Sentrum - Ulsåk.
- **Fra Hemsedal Skisenter** (2,5 km): Første vei til høyre etter brua mot Skisenteret, ca 300 m. Parkering og løypestart ved barneområdet/velkomst-senteret. Alternativ start og parkering ovenfor Hemsedal Fjellandsby. Løypa ender i Tuv boligfelt, spasertur gjennom boligområdet ut til riksveien/Hemsedal Hotell.
- **Fra Tuv** (motsatt retning): Vei bak butikken, deretter første venstre og høyre gjennom boligfeltet.

Knuteløypa

8 km kupert rundløype på Tuv.

- **Alt. 1:** Se Sentrum – Tuv, start fra Tuv.
- **Alt. 2:** Følg løypa langs elva til høyre for Hemsedal Hotell.

Lioløypa

9 km rundløype.

- Parker ved Skinnfellgården på Tuv. Løypestart fra Skinnfellgården, og i andre retningen fra venstre side av riksveien. Løypa går forbi Hemsedal Fjellhotell.

Tuv - Grøndalen/Solheisen - Feten:

9 km / 15 km km lett løype.

- Løype langs elva til høyre for Hemsedal Hotell.
- Ønsker du kortere strekning (7 km) kan du starte fra Solheisen.

Gravset langrennsområde

Skiløyper i skogsterreng, ca 800 m.o.h. Kjør til Ulsåk og følg veien mot Lykkja, ca 8 km. Kjøres opp så ofte som vær og snøforholdene gjør det nødvendig. Parkeringsplass på venstre og høyre side av veien.

Toalett ved parkeringsplassen. Skibuss til Gravset morgen og ettermiddag. Se skibuss tabell for tider og pris.

Gravsetløypene

Rundløyper med lett eller kupert terreng (skiltet).

Klassisk og skøytespor 2, 3, 5 og 8 km. Lysløype 2 og 3 km.

Gravset - Blomeslettane

18 km lett kupert rundløype.

- Fortsetter videre fra 8 km rundløypa.
 - Eller i motsatt retning fra venstre parkering.
- Avstikker til Eventyrgarden Huso (2 km).

Helsingvatn rundt

12 km lett rundløype.

- Start fra Hestanåne eller Gravset.

Storevatn rundt

20,5 km kupert rundløype.

- Start fra Hestanåne.
- Fra Gravset 33 km rundløype.

Gravsetåsen rundt «Ingridløypa»

14 km tøff rundløype. Kjøres opp fra feb.

- Start fra venstre parkering.

Gravset - Ulsåk

5 km nedover til Ulsåk og dalløypene.

Golsfjellet «Eventyrløypa»

Avstikker fra Blomeslettane til Golsfjellets løypenett, fortsetter helt til Norefjell.

Høyfjellsløyper

Stikket fra uke 8. Kjøres med scooter i uke 8-9 og påske, ved stabilt, godt vær. Se Hemsedals Vær og Føremelding eller kontakt Hemsedal Skisenter/Turistkontoret for info.

Systerskarløypa

12 km tøff løype, 1100 m.o.h.

- Nåes fra Hemsedal Skisenter via Hollvinheisen (3 stolheis) og Fjellheis 2 (tallerkenheis). Nedfart i grønn løype nr 12, eller gratis retur med Holdeskarheisen (4-stolheis). Avstikkere til Beihovdløypa og Gol/ Liatoppen/ Ål (kun stikket).

Beihovdløypa

9 km lett rundløype, 1100 m.o.h.

- **Alt. 1:** Ta til høyre mot Holdeskaret etter brua mot Hemsedal Skisenter ca 4-5 km (bomvei). Flere parkeringsplasser langs veien.
- **Alt. 2:** Ta Holdeskarheisen (4 stolheis) og gå bortover, se skilting mot skiløype. 4 km lenger hver vei. Nedfart i grønn løype nr 12, eller gratis retur med Holdeskarheisen.

Gol/ Liatoppen/ Ål

Avstikker fra Systerskarløypa, kun stikket løype.

Harahorn rundt

10 km tøff rundløype, og lett 5 eller 7 km rundløype, 1100 m.o.h.

- Kjør mot Grøndalen, ta til høyre ved skilt til Harahorn og følg veien til parkeringen ved Vavatn (bomvei).
- Rundløype nåes også fra toppen av Solheisen (2 T-krokheiser).

Feten - Storeskar

22 km kupert løype.

- Kjør mot Grøndalen og helt inn til Feten. Avstikker til Bjøberg og en alternativ løype via Ershovdtjedna. Evt. retur med Sognefjordekspressen fra Bjøberg/Storeskar.

Trefta - Lægret

9 km lett løype, 1000 m.o.h.

- Start ved Trefta , ca 7 km forbi Gravset.

Kjølen - Lykkjastølane

5 km lett løype, 1000 m.o.h.

- Rundløype fra Lykkjastølane 6,7 km.
- Start ved Trefta, ca 7 km forbi Gravset.



ENGLISH

There are 130 km groomed tracks in the valley and forest, and 80 km marked mountain tracks.

Maps

Maps with information on tracks can be purchased at the Tourist Office, sport shops and tourist agencies. We recommend using a map in the high mountains.

Floodlit tracks until 23.00

Hemsedal centre

2 km hilly circular track.

- Walk over the bridge by the Tourist Office, take the first right through Bru-Haug Camping. Here is also a floodlit walking path to Hemsedal Skisenter.

Gravset

2 and 3 km circular tracks.

Valley tracks

Solløypa

5 km hilly track from Hemsedal centre to Tuv.

- **From Hemsedal centre:** Follow the road up between Hemsetunet and Skogstad Hotell, take the third road left (Seljevegen) to the very end. The track ends by Hemsedal Hotell, Tuv.
- **From Tuv:**
Alt. 1: Tracks on the right side 50 m after turning to Grøndalen.
Alt. 2: Drive towards Grøndalen, turn right towards Hulbak. Track from Hulbak Camping.
The track ends in Seljeveien Road, Hemsedal centre.

Sentrum – Ulsåk

6 km easy track.

- Walk over the bridge by the Tourist Office, take the first right through Bru-Haug Camping.
- The track ends at Moen Camping.

Tuv – Sentrum

5 km easy track passing by Hemsedal Skisenter.

- **From Hemsedal centre:** Start from Bru-Haug Camping (see Sentrum-Ulsåk).
- **From Hemsedal Skisenter:** Take right after the bridge towards Hemsedal Skisenter, about 300 m. Tracks next to the children's area. Alternative parking and start just above Hemsedal Fjellandsby. The tracks end at Tuv. Short walk through the housing estate to the main road/ Hemsedal Hotell.

- **From Tuv:** (opposite direction) Take the road behind the shop, then the first left and right through the housing estate.

Knuteløypa

8 km hilly track at Tuv.

- **Alt. 1:** see Sentrum – Tuv, start from Tuv.
- **Alt. 2:** Tracks along the river next to Hemsedal Hotell.

Lioløypa

9 km circular track from Tuv to Lio.

- Park by Skinnfellgården at Tuv. Tracks from Skinnfellgården, or in the other direction on the left side of the main road. The tracks pass by Hemsedal Fjellhotell.

Tuv – Grøndalen/Solheisen - Feten:

9 km / 15 km easy track.

- Track along the river next to Hemsedal Hotell.
- If you desire a shorter distance (7 km), start from Solheisen Skisenter.

Gravset cross-country area

Tracks in forest terrain, 800 m above sea level. Drive to Ulsåk, take a right towards Lykkja (about 8 km). Parking place on the right and left side of the road. Toilets by the parking place. Skibus to Gravset in the morning and afternoon.

Gravsetløypene

Circular tracks with easy or hilly terrain (sign-posted).

Classic and skating 2,3,5 and 8 km. Floodlit tracks 2 and 3 km.

Gravset-Blomeslettane

18 km fairly hilly circular track.

- Continues from the 8-km circular track.
 - Or start in the opposite direction from the left parking place.
- Detour to Eventyrgarden Huso (2 km).

Helsingvatn rundt

12 km easy circular track.

- Start from Hestanåne or Gravset.

Storevatn rundt

20,5-km hilly circular track.

- Start from Hestanåne.
- 33 km from Gravset.

Gravsetåsen rundt «Ingridløypa»

14 km tough circular track. Groomed from Feb.

- Start from the left parking place.

Gravset - Ulsåk

5-km downhill to Ulsåk and the valley tracks. Groomed from Feb.

Golsfjellet «Eventyrløypa»

Detour from Blomeslettane to the tracks at the Gol Mountain and all the way to Norefjell.

High mountain tracks

Marked from week 8. Groomed with snowmobile week 8-9 and Easter. See the local weather/ski rapport or address Hemsedal Skisenter/ the Tourist Office for information.

Systerskarløypa

12-km tough track, 1100 m above sea level.

- Reached from Hemsedal Skisenter by Hollvinheisen (3 chairlift) and Fjellheis 2 (platter lift). Descent green slope no. 12, or free return with Holdeskarheisen (4 chairlift).
Detour to Beihovdløypa and Gol/ Liatoppen/ Ål

Beihovdløypa

9-km easy circular track, 1100 m above sea level.

- **Alt. 1:** Take right towards Holdeskaret after the bridge to Hemsedal Skisenter, about 4-5 km (toll road). Three parking places on the left side.
- **Alt.2:** Reached from Hemsedal Skisenter by Holdeskarheisen (4 chairlift), follow sign "skiløype", 4 km longer both ways. Descent green slope no. 12, or free return with Holdeskarheisen.

Gol/ Liatoppen/ Ål

Detour from Systerskarløypa, marked track only.

Harahorn rundt

10 km tough circular track, and an easy 5 or 7 km track 1100 m above sea level.

- Drive towards Grøndalen, take right by the sign to Harahorn and drive to the parking place by Vavatn Lake (toll road).
- Also reached by Solheisen Skisenter's two T-bar lifts.

Feten - Storeskar

22-km hilly track.

- Drive towards Grøndalen, all the way to Feten.
Detour to Bjøberg and an alternative track via Ershovdtjedna. Possible retour to Hemsedal by bus (Sognefjordekspressen) from Bjøberg/Storeskar.

Kjølen - Lykkjastølane

5-km easy track, 1000 m above sea level.

- Start from Trefta, 7 km past Gravset.

Trefta - Lægret

9-km easy track, 1000 m above sea level.

- Start from Trefta, 7 km past Gravset.