

TRIMLISTE FOR AKTIV I 100, DAMER - VÅREN 2026

Vi starter opp igjen mandag 5.jan. Vi treffes på **Eik Gravlund** for felles kjøring.

Før avgang fyller vi opp bilene - det kan være vanskelig med parkeringsplasser når vi er så mange.

Påsitterpris kr. 50.

Ta med mat og drikke!

Følg med på info i facebookgruppen: Her kan bli endringer!

Dato	Tur	Turleder	Nivå	ca.km	Avreise
5.01	Benkene Langesund	Kari, Hege	3	10	10.00
12.01	Larvik: Rømminga - Lauvesetra	Bente Ida, Vigdis A	3	8	10.00
19.01	Tørmo Kapell - Skipperåsen - Ånnerød -Tørmo K	Kristin Bjåen	4-5	8-9	10.00
26.01	Dammane Brevik - Kjørholt	Reidun A O			10.00
02.02	Rundtur Porsgrunn	Unn, Tone Gunn	3-4	8-9	10.00
09.02	Heistad	Karen Marie, Christianne			10.00
16.02	Stokkevannet rundt	Britt Eker	4	10	10.00
23.02	Kjærstranda mot Stavern -tilbake	Liv Marit			10.00
02.03	Valle - Breisand - Trolldalen	Grethe D	3	6	10.00
09.03	Rognstranda - Hydrostrand	Britt Eker	3-4	7-8	10.00
16.03	Åby - Ivarsand	Reidun A Olsen			10.00
23.03	Ula - Holtefjell	Ellen Hasaas	3-4	8	10.00
13.04	Bambles dype skoger -fra Rafnes	Anni og May	4+	11	10.00
20.04	Kyststien Vestfold	Kari Bjerkøen	3	10	10.00
27.04	Urædd løypa	Reidun Kaasi	3 - 4	7 - 8	10.00
04.05	Rundtur Rørholt-Moe-rast Rørholt brygge	Björg Brudvik, Elin	3-4	7 - 8	10.00
11.05	Dalsfoss - Svenum - Dalsfoss	Erik Næsland	3-4	8 - 9	10.00
18.05	Dørdal - Gonge leiren	Ellen	4	9 - 10	10.00
01.06	Ut i det blå	Reidun A Olsen			10.00
08.06	Ivarsand - Prisgrunn - Kyststien tilbake	Randi Kleven, Torhill	3-4	ca8	10.00
15.06	Sommeravslutning. Tur til Jomfruland - Påmelding. Alle 3 grupper.	Reidun og Anne Karine			10.00

De fleste turene vil ha en gangtid på min. 2 ½ time. I tillegg kommer rast og kjøretid.

Hver tur har blitt gitt et "nivå" ut fra hvor krevende turen antas å være. Skalaen er fra 1-6 hvor 6 er det mest krevende (Inneholder bratte partier, mye stigning, lengde etc). Turene vil være på vekslende underlag. Godt fottøy er derfor nødvendig. Tempo vil være slik at vi kjenner at vi har vært på tur, men alle som er vant med å ferdes ute i terrenget og er i vanlig bra form, kan følge med.

Husk: Etter noen turer kommer formen! Det hjelper!!

Alle deltar på eget ansvar, men viktig at vi går samlet for å unngå uheldige episoder.

IKKE VÆRFORBEHOLD. VEL MØTT NYE OG GAMLE TURDELTAGERE.

Kontaktpersoner:

Reidun Garstad	97509458	Anne Karine E	97147132	Britt Eker	95144219
Reidun A Olsen	97665895	Arnhild Sørheim	98114771	Karen Marie H	41658134
Ellen Hasaas	95978719	Kristin Bjåen	95191411	Kari Bjerkøen	95974695
Hege Engvoldsen	99436902	Annie Sandaroe	40244785	Bente Ida A Hole	92624967
Torhill Gudbransen	95994413	Elin Krogsgård	93449118	Christianne Nordbøe	95777199
Björg Brudvik	41689555	Liv Marit Jordal	99743802	Grethe Ditlefsen	93413136
May Berglund	90116359	Randi Kleven	91664706	Reidun Kaasi	95851190
Unn Halvorsen	41514524	Tone Gunn Søli	98426847	Erik Næsland	92092485
Tor Suhrke	91780150				