

## TRIMLISTE FOR AKTIV I 100, DAMER - VÅREN 2025

Vi starter opp igjen mandag 6.jan. Vi treffes på **Eik Gravlund** for felles kjøring.

Påsitterpris kr. 40. (50kr ved lang kjøring og bomvei).

Viktig å fylle opp bilene -grunnet parkeringsplass og miljø. Ta med mat og drikk!

**Følg med på info i facebookgruppen: her kan bli endringer og andre viktige beskjeder!**

Dato	Tur	Turleder	Nivå	ca km	Avreise
06.01	Eik - Lysløypa - Baneåsen - Tangen Sandvika -Eik	Eli Aspaas	3	8	10.00
13.01	Nedre Sølivei 46, "Prærien"-KjølnesBjørntvdt - Sundjordet -Osebakken (Monsterbrua)-Liane	Liv G, Tone Gunn	3-4	9	10.00
20.01	Eik - Badeparken -Tangen -Eik	Britt E	4	9-10	10.00
27.01	Nenseth - Eiklund	Anni S	3-4	7-8	10.00
03.02	Eik- Rognsåsen-Fjelljordet-Eik	Lisbeth T, Ingunn F	3-4	8	10.00
10.02	Gråten-Klosterøys-Herkules-Hjellevannet	Magne/Unn	2	8-9	10.00
17.02	Dahl - Glittum - Kjørstad	Bjørg D	3-4	10	10.00
24.02	Stavern - Rakke	Grethe D		7	10.00
03.03	Rørholt	Bjørg Brudvik			10.00
10.03	Kilebygda og omegn	Bente E			10.00
17.03	Urædd-løypa	Reidun K	3-4	7-8	10.00
24.03	Bommestad skole - kultursti - Grevens vinkjeller - Rolighetsåsen	Vigdis Amlie, Bente Ida		6	10.00
31.03	Rørholt-Damtjerna-Fjølbuåsen- Steinsvann	Ellen H	4	8-10	10.00
07.04	Dalsfoss - Eikenes	Erik Næsland	4	9-10	10.00
28.04	Dammane Brevik - Kjørholt - Ørvik	Karen M og Christianne	3-4	9	10.00
05.05	Grønnerød - Magan - Gammelstulen - Gaupåsen	Tone Gunn /Unn	4	10	10.00
12.05	Feset - Meikjær	Reidun A O	4	10	10.00
19.05	Heivannet, Solvika -Fiskebekkåsen - Holmefjell	EllenH-Torhill G	4	8-9	10.00
26.05	Svaneheia - Hydrostranda	Arnild S	4	6	10.00
02.06	Kjerringvik til Kjerringfjell	Ellen	4	8	10.00
16.06	Sommeravslutning. Sjøterrassen Alle 3 grupper.	Solveig N Reidun G og AK			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 90597506 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	Unn Halvorsen	41514524	Anne Karine E	97147132
Reidun A Olsen	97665895	Tone Gunn Søli	98426847	Karen Marie H	41658134
Britt Eker	95144219	Solveig Nilsen	99161825	Bjørg Dahl	41503292
Bente Ida A Hole	92624967	Annie Sandaroe	40244785	Arnild Sørheim	98114771
Grethe Ditlefsen	93413136	Ellen Hasaas	95978719	Torhill Gudbrandsen	95994413
Bjørg Brudvik	41689555	Liv Gulliksen	91812380	Erik Næsland	92092485
Magne Thygesen	93047303	Tor Suhrke	91780150	Eli Aspaas	90597506
Bente Eriksen	95890729	Reidun Kaasi	95851190		