



Foto: Margrete Ruud Skjeseth

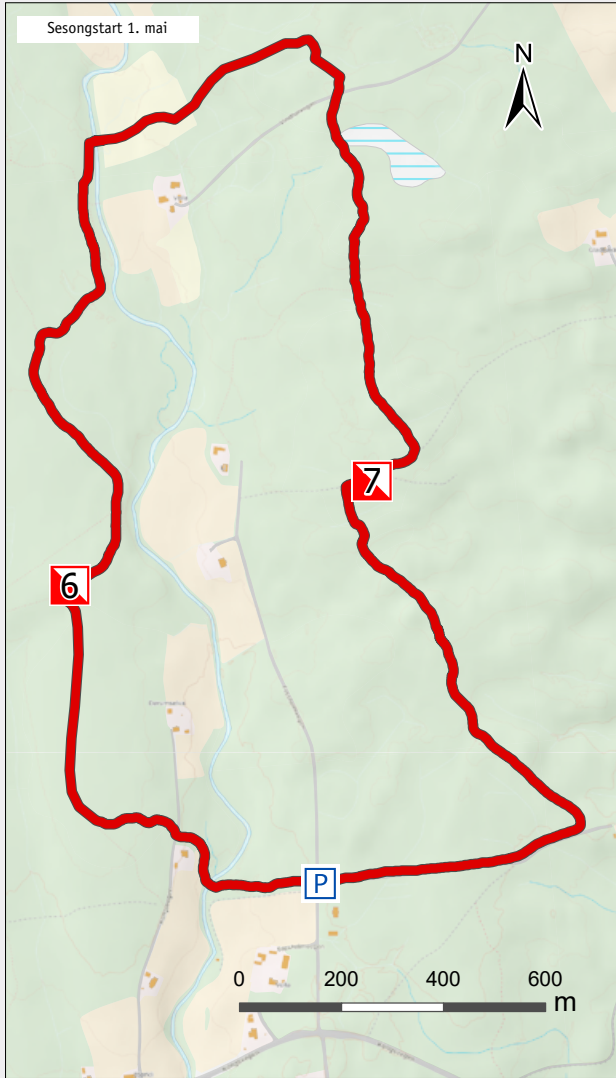
Post 6 og 7: Lageråarunden

Sesong 1. mai – 12. oktober

Lengde 4,2 km

Adkomst: Kjør Kongsvegen (FV 116) fra Ridabu/Vang kirke 6 km mot Ådalsbruk. Ta av til venstre Fossheimvegen og parker på parkeringsplassen under høyspentlinja. Kollektivtransport er buss B26 og gå av på busstopp Birkelymoen og gå nordover på Fossheimvegen til parkeringsplassen. Da er man på Lageråarunden.

Følg blåmerket sti vestover. Runden krysser elva Lageråa to ganger, og det er bygd flotte bruer begge steder. Turpost nr. 6 finner du ved rastebenk på vestsiden av Lageråa etter ca 1 km (rett etter at det har kommet en sti inn fra Slettringen). Turpost nr. 7 finner du ved rastebenk på østsiden av Lageråa etter ca 3 km. Lageråarunden går på trivelige skogstier i furuskog, gjennom hogstfelt og nær kulturlandskapet. Terrenget er lettgått og flatt. Det er god bærskog hele sesongen – fra markjordbær og villbringebær, til blåbær og tyttebær. Det er mulig å bruke flere tilførselsstier til eller fra Lageråarunden, både nordover retning Hafsal og Fart, vestover til Slettringen, og sørover retning Ilsengstiene.



UTTREKKSPREMIER:

- **Ankerskogen** gir to årskort (ett «full pakke» voksen og ett årskort i svømmehallen for barn).
- **HOKA** gir tre par joggesko.
- **Sparebank1Østlandet** gir tre Osprey dagstursekker fra HHT tursenter.

Post 8 og 9: Sleperudrunden (østre)

Sesong 20. mai – 12. oktober

Lengde 4 km

Adkomst: Parkering ved lekeplass på Kirkebyenga. Busstopp Kirkebyenga.

Fra lekeplassen på Kirkebyenga er det blåmerket trasé langs Kirkebybekken når man går gangvegen oppover mot Vangseter. Stien langs bekken går opp til Gåsbuvegen. Her følger man Gåsbuvegen til man kommer opp til boligfeltet «Kirkeby Øvre». Innerst på dette feltet (enden av bilvegen) går det opp en sti som etter hvert kommer inn på grusvegen «Gråtassbakken». Denne følger man helt opp til Åsvegen. Åsvegen følges vestover til den første blåmerka stien ned fra veien. Denne merka stien går etter hvert over i grusveg/bilveg. Ved Sleperud husmannsplass med utsikt ligger post nr. 8. Etter noen hundre meter nedover langs veien går det en kraftledning som krysser veien. Her går det inn en blåmerka sti østover. Denne stien går under kraftlinja fram til man kommer til et beiteområde. Rett ved Mammut-hus ligger post nr. 9.

Stien går rett nedenfor strømgjerdet før det så går ned til Gåsbuvegen ved Kirkebyenga. Gåsbuvegen krysses og gå deretter gangvegen gjennom Kirkebyenga ned til lekeplassen igjen.

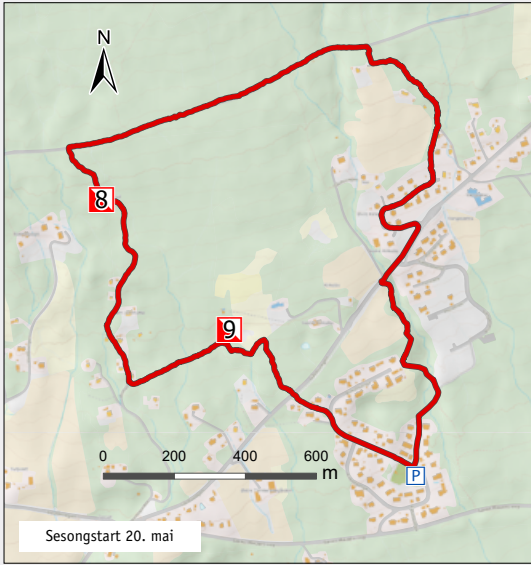


Foto: Vegard Urset

Post 10: Lavåfallene

Sesong 10. juni – 12. oktober

Lengde 6,6 km

Adkomst: Kjør mot Gåsbu, fortsett gjennom betalingsbommen og følg Fjellvegen nordover til Lavlia sæter. Dersom det ikke er plass til å parkere her, kjør litt nordover og parker i krysset der Jomfrudalsvegen tar av østover.

Lavåfalla er absolutt verdt et besøk med sine tre fossefall på 6-7 meters høyde i et uvanlig trolsk landskap.

Rett nord for setervollen på Lavlia tar du blåmerket sti til høyre skiltet Sandfløten. Du går på fin, lettgått sti som krysser Jomfrudalsvegen og Lavåa etter 1 kilometer. Derfra går stien nær elva Lavåa det meste av turen. Du kommer forbi Sandfløten, ei ubetjent HHT-hytte som kan benyttes av medlemmer med DNT-nøkkel. Terrenget er grønt og frodig, med stedvis våte partier. På de gamle hogstflatene trives tyttebær og bringebær, og i skogen multe. Ta til høyre når du kommer til informasjonsskiltet om naturreservatet. Fra her er stien ny og er derfor merket med en litt annen type blåmerker. Stien går etter hvert bratt ned til nedsiden av fossefallet. Turposten ligger nær elva/fossen.

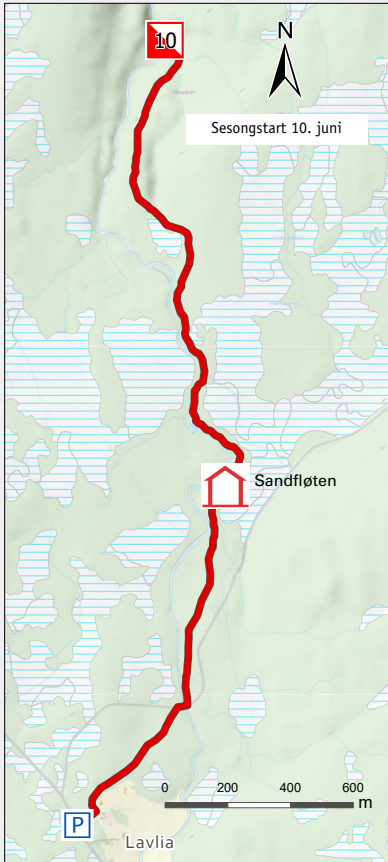
Lavåa renner videre nordover og ut i Åsta, som er hovedvassdraget på Hedmarksvidda og renner østover ut i Glomma. Returen går langs samme sti som du kom, men i motsatt retning er omgivelsene som nye.

Deler av denne turen har ikke mobildekning.

Rondanestien gikk tidligere her, men er flyttet til ny trasé etter at brua over Lavåa ble tatt av vårfloppen i 2023.



Foto: Margrete R. Skjeseth



Filisa Trykkeri

10 turposter i Hamar



Alle turpostene ligger som turforslag i appen UT.no og det er der du kvitterer digitalt.

10 turposter i Hamar ble tilrettelagt for første gang i 2022. Dette tilbudet er et samarbeid mellom flere lag/foreninger og Hamar kommune som tilrettelegger for friluftsliv. Det er Hamar og Hedemarken Turistforening som koordinerer opplegget. Vi håper årets turposter kan bidra til gode naturopplevelser og at enda flere blir godt kjent i kommunen.

Arrangører:



Hamar kommune



Sponsorer:



FLY HUMAN FLY



Hver post består av en plate med turpostsymbol, en stifteklemme og en kode. Klipp i klippekortet eller noter koden – eller bruk UT-appen.

Når du har kommet frem til posten, kan du åpne UT-appen og trykke på turposten du er på. På alle steder og hytter i appen vil det være en knapp som heter «SjekkUT». Trykk på denne for å registrere besøket ditt. OBS, du må være nærmere enn 75 meter for å kunne registrere et besøk. Vi oppfordrer barn/unge t.o.m. 16 år å fylle ut og levere turkortet slik at vi får registrert alder.

Navn: _____ Fødselsår: _____

Adresse: _____

Tlf. _____ E-post: _____

Kortet kan leveres i servicesranken på Rådhuset, eller sendes innen 26. oktober 2025 til:

Hamar kommune, Postboks 4063, 2306 Hamar

Post 1 Fyret på Tjuvholmen	Post 2 Tårnrunden Gapahuk i Eventyrskogen	Post 3 Tårnrunden Rastebenk	Post 4 Frøbergsberget «Grønne trappa»	Post 5 Hafsalstien i Vang	Post 6 Lageråarunden Rastebenk vest
Post 7 Lageråarunden Rastebenk øst	Post 8 Sleperudrunden Sleperud husmannsplass	Post 9 Sleperudrunden Kirkeby vestre	Post 10 Lavåfallene		

Sesongstart for postene 1-7 er 1. mai, post 8 og 9 starter 20. mai og post 10 den 10. juni

Post 1: Fyret på Tjuvholmen



Sesong 1. mai – 12. oktober

Lengde 3 km

Adkomst: Parkering ved Espern, Stangevegen 111, Hamar.

Denne fine, bynære turen starter ved Espern og går langs en flott, gruslagt strandpromenade langs Mjøsa og ut til fyret ytterst på Tjuvholmen. Dit er det også mulig å komme fra flere kanter.

Her får du sett byen «utenfra», et fint lite pusterom ytterst i båthavnen. Det er en rastebenk hvor du kan ta deg en pause og nyte omgivelsene, og her er også turposten. Turen er ca. 1,5 km hver vei og er også fin å sykle eller gå med barnevogn.



Foto: Jo Reistad

DELTAKERPREMIE til barn og unge t.o.m. 16 år som har tatt minimum fire poster i en kommune, er et dagsbesøk i Ankerskogen svømmehall. Premien kan hentes i kommunenes servicekontor i perioden onsdag 13. august 2025 og frem til jul 2025, og må brukes innen utgangen av juli 2026. Premien er sponset av Ankerskogen svømmehall.

Post 2 og 3: Tårnrunden i Furuberget

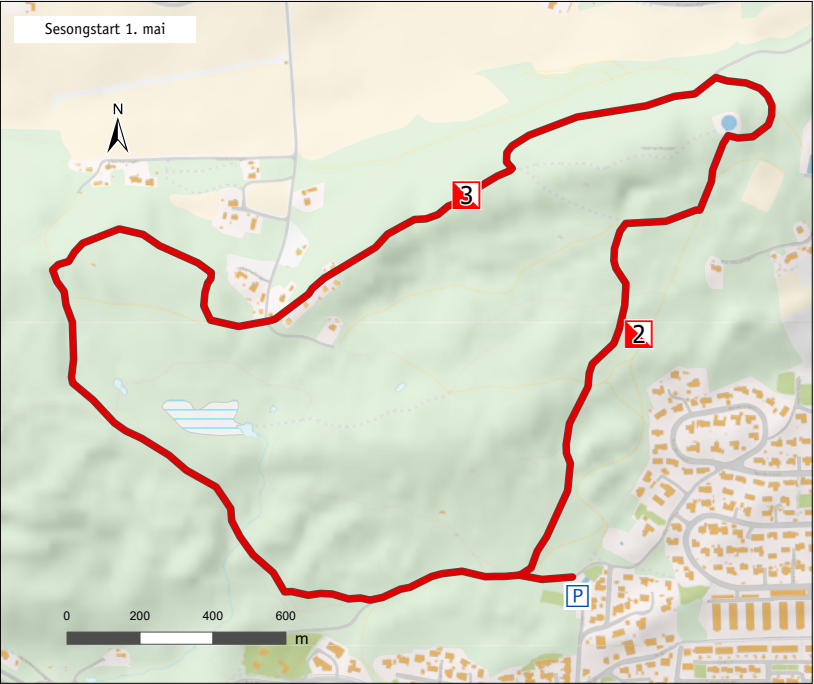
Sesong 1. mai – 12. oktober

Lengde 4 km

Adkomst: Lyren. Parkeringsplass ved enden av vegen. Busstopp Furuberget barnehage.

Tårnrunden i Furuberget er 4 kilometer. Den byr på utsikt og fine rasteplasser. Det populære turområdet i Hamars nærskog har også et naturreservat som denne runden går gjennom. Her fins det 16 rødlistede arter, og du går på kalkstein som er over 450 millioner år gammel.

Følg grusvegen vestover fra Lyren, kryss lysløypa og ta opp blåmerket sti til høyre. Det går bratt oppover. Godt oppi bakken får du gapahuken i Eventyrskogen på høyre side og der er post nr. 2. Du fortsetter på blåmerket sti som så følger lysløypa opp til øvre vanntårn, fortsetter grusvei til høyre og nedover. Forlat lysløypa på sti inn til venstre. Her i lia ser du mot gårdene på Jessnes, Furnesfjorden og Bangsberget. Følg stien vestover over hogstflata på toppen. Her er turpost nr. 3 ved rastebenken på høyeste punkt, med flott utsikt til Helgøya og Tingnes. Stien går gjennom et lite hyttfelt og fortsetter litt i lysløypa før den tar en sving nordover. Du kommer ut i lysløypa ved «Merrabakken», følger sti til venstre og inn på Salamanderrunden, som går tilbake til parkeringen.



Begge foto: Margrete Ruud Skjeseth

Post 4: Frøbergsberget og «den grønne trappen»

Sesong 1. mai – 12. oktober

Lengde 3,4 km

Adkomst: Parkeringsplass langs Jessnesvegen, ved innkjøring til Hedmarktoppen Folkehøgskole. Busstopp Hedmarktoppen.

Følg grusveien nordover. Etter 200 meter gå rett inn i skogen. Fortsett den brede turveien 400 meter, ta hardt til venstre og gå oppover på sti. Etter 400 meter i oppoverbakke kommer du til turposten.

Grunnfjellet her på nordsiden er belagt med grønn mose. Grunnfjellet ligger som en trapp i landskapet, derav navnet «den grønne trappen».

Fortsett på stien framover, ta så til høyre mot toppen med masta. Følg stien over flata vestover. Det begynner å helle nedover på andre siden, ta til venstre. Du passerer en lang trestamme som er nydelig å innta kaffen på. Fortsett stien som svinger østover. Når du kommer ut på den store stien fra Gubbestua, ta til venstre. Etter 100 meter ta til høyre. Her åpner det seg opp en flott utsikt til Mjøsa og Skreikampen. Gå ut av Frøbergsberget der du kom inn.



Foto: Marit Aamdal



Foto: Bente Sund Langøigjelten

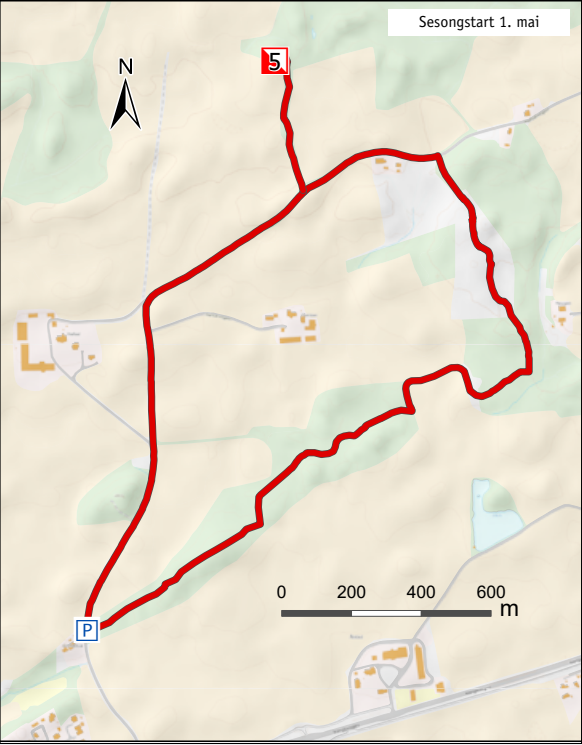
Post 5: Hafsalstien i Vang

Sesong 1. mai – 12. oktober

Lengde 4 km

Adkomst: Liten parkeringsplass ved Grindstuen på Hafsalvegen. Ta av Rv 25 mellom Grubhol og Ålstad.

Gå inn i idyllisk skogsparti på gode, småkuperte barnålstier. Følg blåmerker og skilt retning Lunden skole i stikryss og så på ny sti våren 2025 langs åkerkant til du kommer ut på Hafsalvegen. Ta til venstre, og etter 300 meter tar du av fra Hafsalvegen og går på merket sti inn til høyre. Du kommer etter 500 meter fram til skilt til venstre opp en liten bakke til Hafsal utsikt. På en fin, liten høyde med rastebenk er post nr 5. Nyt utsikten over vakkert duvende kulturlandskap! Du følger samme sti tilbake til Hafsalvegen, og tar nå videre til høyre. Her følger du god grusvei i åpent og lyst kulturlandskap, 1 km tilbake til parkeringen.



Begge foto: Margrete Ruud Skjeseth