

## ÖMCK Expedition SydNorge 2019.

### Dag 1

08:00 - 09:05 Östersund - Åsarna 77 km, 1:05

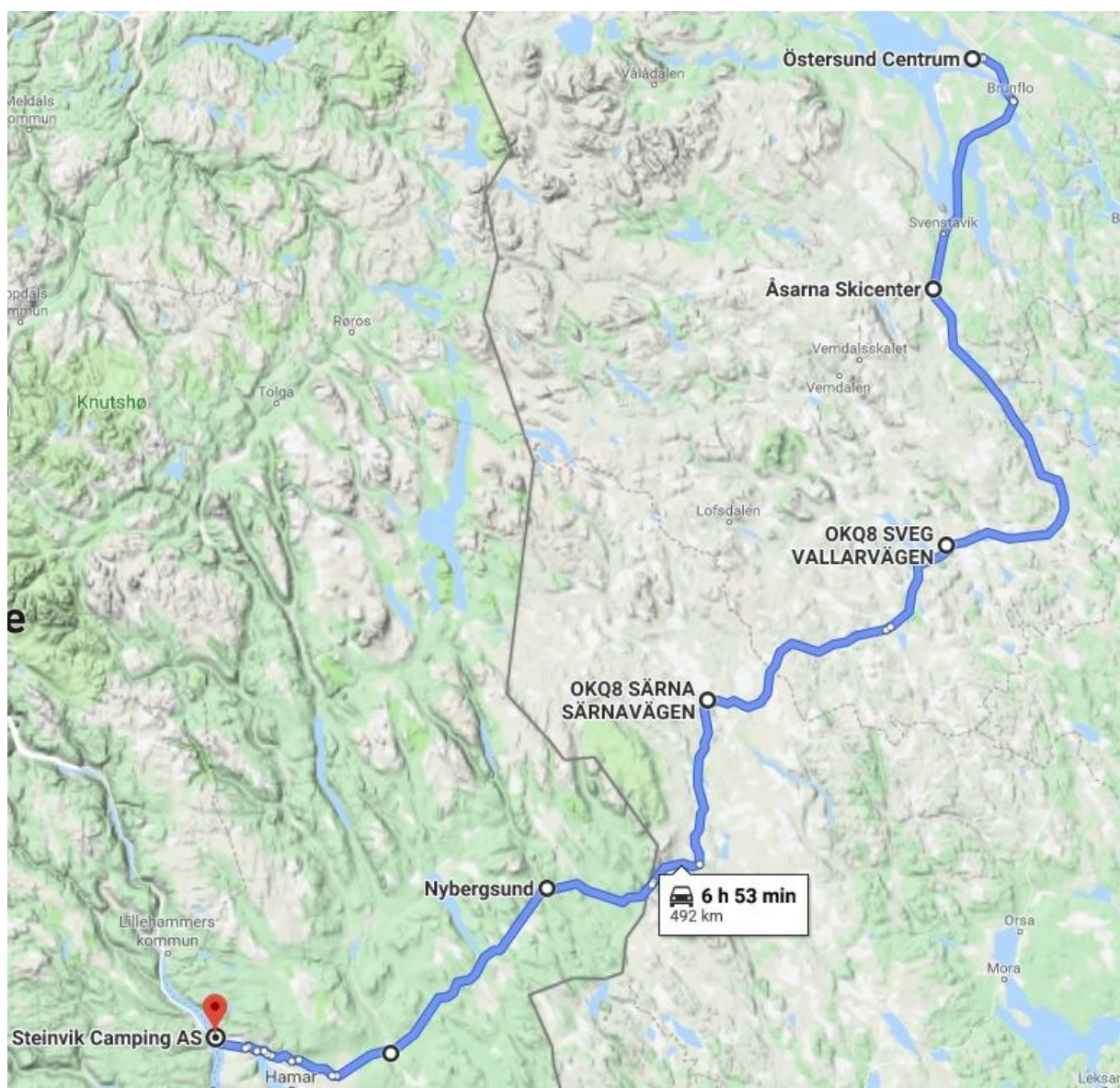
09:25 - 10:40 Åsarna - Sveg OKQ8 108 km, 1:15

11:00 - 12:15 Sveg - Särna OKQ8 & Pizza (lunch) 93 km, 1:15

13:15 - 14:35 Särna - Nybergsund 94 km, 1:20

14:55 - 15:40 Nybergsund - Elverum CircleK 62 km, 0:45

16:00 - 17:00 Elverum - Steinvik Camping 57 km, 1:00



Dag 2

08:00 - 09:00 Steinvik Camping - Dokka 63 km, 1:00

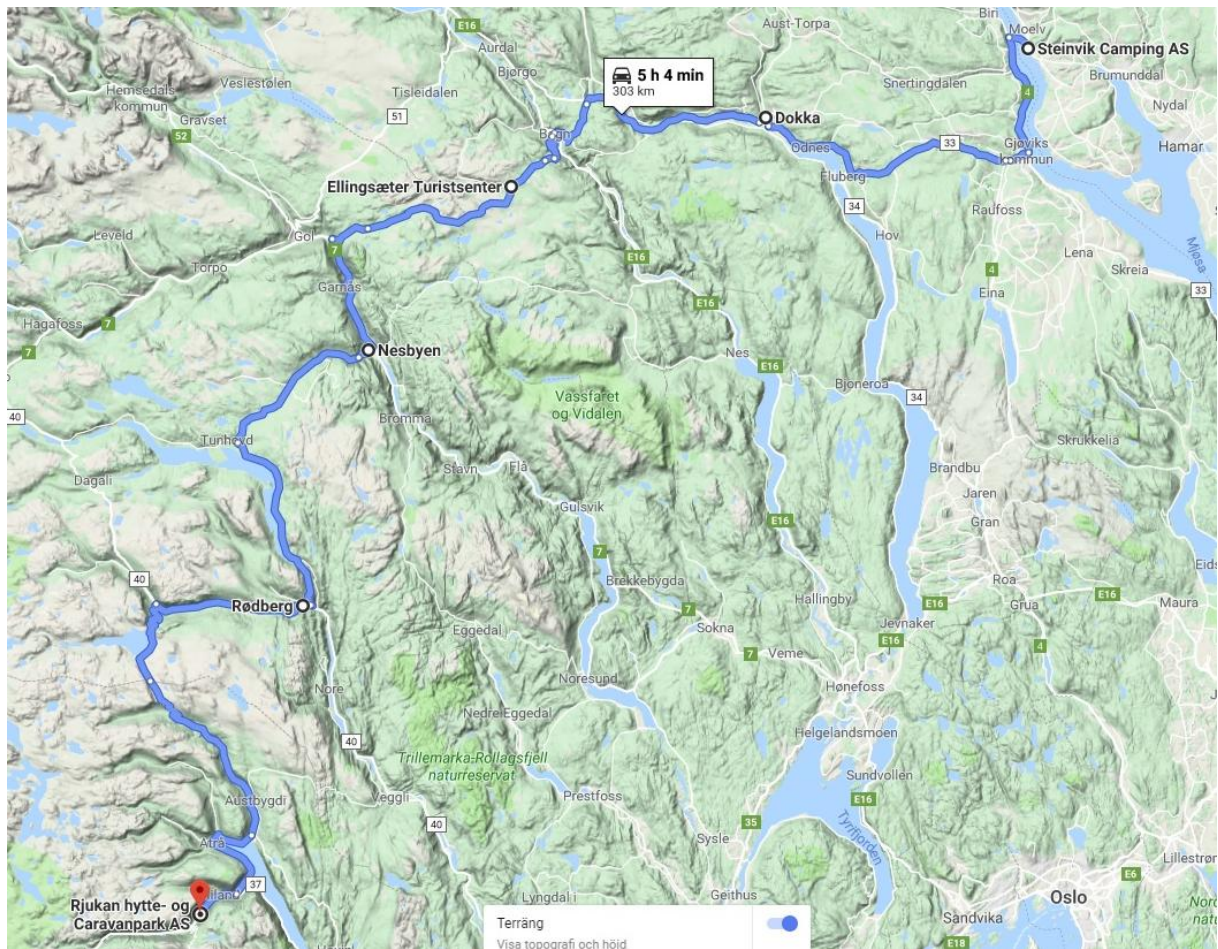
09:15 - 10:10 Dokka - Ellingsæter Turistcenter 50 km, 0:55

10:25 - 11:15 Ellingsæter - Nesbyen (Lunch) 47 km, 0:50

12:15 - 13:10 Nesbyen - Rödberg 54 km, 0:55

13:25 - 14:50 Rödberg - Rjukan Turisthytte 88 km, 1:25

14:50 - 18:00 Incheckning + besöka Vemork (14 km)



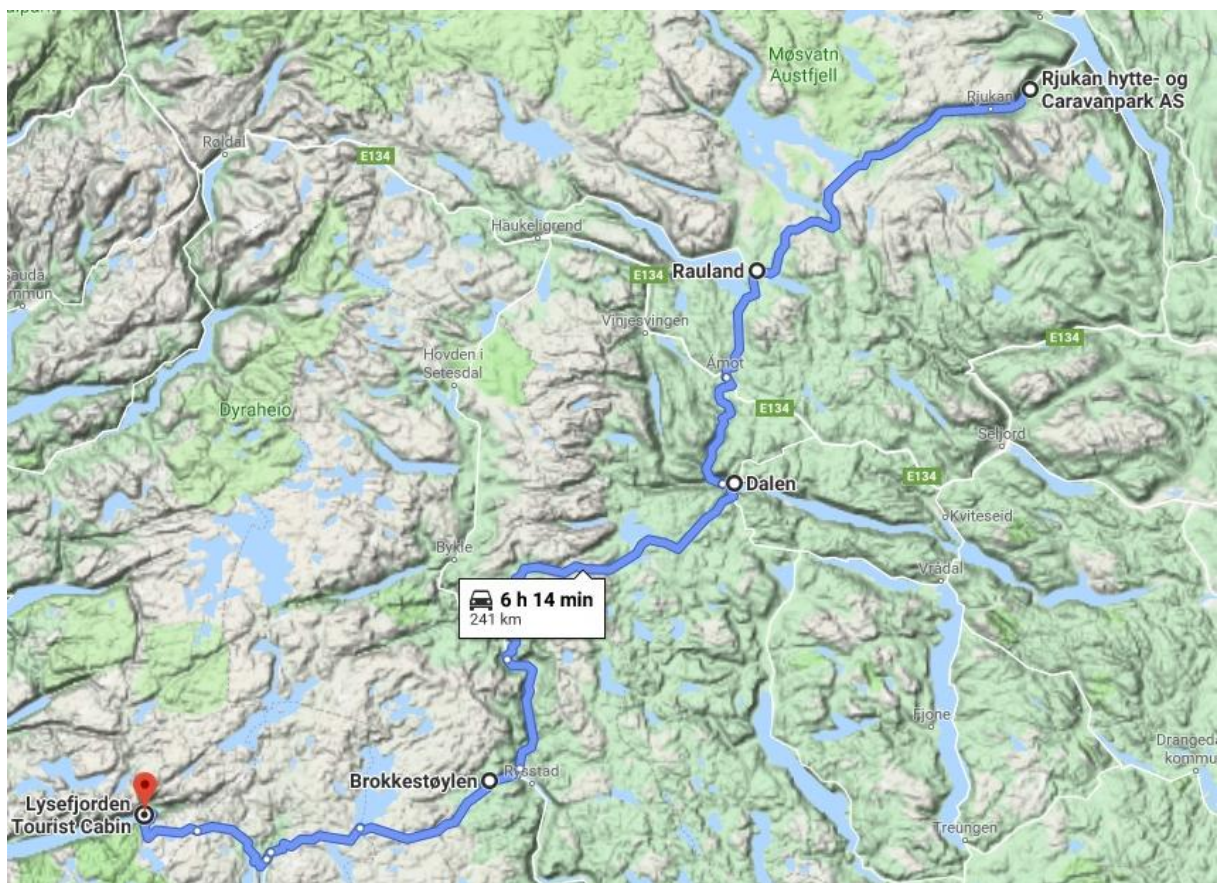
Dag 3

08:00 - 08:55 Rjukan turisthytte - Rauland 54 km, 0:55

09:10 - 09:55 Rauland - Dalen 40 km, 0:45

10:10 - 11:20 Dalen - Brokkestøylen rysstad (Lunch) 76 km, 1:10

12:20 - 15:40 Brokkestøylen rysstad - Lysebotn 70 km, 3:20 (paus efter behov)



Dag 4

08:00 - 09:20 Lysebotn - Fidjeland 38 km, 1:20

09:35 - 10:15 Fidjeland - Byrkjedal 46 km, 0:40

10:30 - 11:00 Byrkjedal - Lauvvik kai 34 km, 0:30

11:30 - 11:45 Oanes Ferry Peer - Jörpeland (Lunch) 15 km, 0:15

12:45 - 13:30 Jörpeland - Hjelmeland ferryport 46 km, 0:45

14:00 - 15:15 Nesvik kai - Nesflaten 77 km, 1:15

15:30 - 16:30 Nesflaten - Odda 61 km, 1:00

16:45 - 17:25 Odda - Kinsarvik Camping 40 km, 0:40



Dag 5

08:00 - 08:55 Kinsarvik - Tvinde camping 59 km, 0:55

09:10 - 10:10 Tvinde - Aurlandsvangen viewpoint 65 km, 1:00

10:25 - 11:10 Aurlandsvangen - Fodnes Ferjekai 47 km, 0:45

11:40 - 12:00 Mannheller Ferjekai - Sogndal (Lunch) 18 km, 0:20

13:00 - 13:40 Sogndal - Skei 61 km, 0:40

13:55 - 15:05 Skei - Stryn 76 km, 1:10

15:20 - 17:00 Stryn - Fossbergom 124 km, 1:40

17:15 - 18:35 Fossbergom - Furuhaugli 101 km, 1:20



Dag 6

09:00 - 10:30 Furuhaugli - Tynset 108 km, 1:30

10:45 - 11:40 Tynset - Røros (lunch) 56 km, 0:55

12:40 - 13:30 Røros - Anderssjöåfallet 55 km, 0:50

13:45 - 14:45 Anderssjöåfallet - Hede 82 km km, 1:00

15:00 - 15:55 Hede - Åsarna 70 km, 0:55

16:10 - 16:50 Åsarna - Brunflo Gulf 60 km, 0:40

