





GRADERING VANDRING

FARGEKODE	PASSER FOR	HØYDEMETER OG LENGDE*	STI TYPE	STIGNINGSGRAD OG EKSPONERING
 <p>ENKEL</p>	<ul style="list-style-type: none"> Nybegynnere Krever ingen spesielle ferdigheter Dersom tilrettelagt for rullestol/barnevogn, merkes dette med eget symbol 	<ul style="list-style-type: none"> < 300 m < 5 km 	<ul style="list-style-type: none"> Asfalt, grus, skogsveier og gode stier Stor grad av opparbeiding som gir god fremkommelighet Hovedsak kortere turer Underlag fast og jevnt uten store hindringer eller kryssing av bekk 	<ul style="list-style-type: none"> Moderate stigninger Ingen bratte partier
 <p>MIDDELS</p>	<ul style="list-style-type: none"> De med litt erfaring i terreng Middels trente turgåere De med grunnleggende ferdigheter 	<ul style="list-style-type: none"> < 600 m < 10 km 	<ul style="list-style-type: none"> Kan ha noe mer krevende partier enn grønn tursti Kan være steinete, men ingen ur Kun enkle vad 	<ul style="list-style-type: none"> Moderate stigninger som kan inneholde enkelte bratte partier Enkelte partier som kan oppfattes som luftige for folk med høydeproblemer
 <p>KREVENDE</p>	<ul style="list-style-type: none"> Erfarne turgåere De med god utholdenhet Godt turutstyr og gode fjellsko Kunnskap om kart og kompass 	<ul style="list-style-type: none"> < 1 000 < 20 km 	<ul style="list-style-type: none"> Sti, åpent terreng, stein, ur og snaufjell Bratte helninger og lengre strekninger med løs stein og myr kan forekomme Vading kan forekomme 	<ul style="list-style-type: none"> Flere typer stigninger og utfordringer Flere luftige og utsatte partier Kan inneholde tekniske utfordringer med noe klyving og bruk/støtte av hendene
 <p>EKSTRA KREVENDE</p>	<ul style="list-style-type: none"> Erfarne fjellfolk De med god utholdenhet Godt turutstyr og gode fjellsko Kunnskap om kart og kompass 	Ingen maks høyde eller lengde	<ul style="list-style-type: none"> Lange turer på mer krevende stier enn «rød sti» Krevende vading kan forekomme 	<ul style="list-style-type: none"> Toppturer med bratte og vanskelige partier med ujevnt underlag Luftige partier og passasjer/partier med utsatt klyving Smale egger, sva, ur etc.

* Med **høydemeter** mener vi samlet stigning for hele turruta. I meget bratt terreng må også høydemeter med nedstigning tas med i graderingen. Nedstigningen bør tillegges halv vekt av oppstigning. **Lengde** beskriver den totale lengden i

km på turruta fra et angitt punkt til et annet, dvs. én vei og ikke tur/retur. For rundturer finnes et eget symbol og da brukes hele rundturens lengde i antall km.