



### SYKKELVETREGLER

Lær deg stivetrengene for sykkel:

1. Vær oppmerksom og hyggelig i møte med turgåere.
2. Du har alltid vikeplikt for fotgjengere.
3. Begrens farten slik at du ikke er til fare eller ulempe for andre, særlig langs veier og stier som innbyr til høy hastighet, eller i svernslette partier.
4. Brems ned til gangfart i god tid før du passerer andre på en smal sti.
5. Ikke lag nye spor. Dersom du ikke har ferdigheter til å forsure en hending, gå av sykkel.
6. Unngå å sykle på spesielt sårbare stier like etter perioder med mye nedbør.
7. Ikke lag stier bredere ved å sykle utenom vanndammer eller hestetrær.
8. Bær sykkel gjennom myrrområder slik at det ikke dannes dype spor.
9. Ikke lås bakhjulet i bratte nedoverbakker.
10. Dersom du sykler mates i en bakke, har den som sykler oppover fortrøst.

Norsk Organisasjon for Terengsykkel - NOTS

### TEGNFORKLARING

Målestokk (Scale): 1:50 000  
 Ekvivalens (Contour level): 20 m

- |  |                     |                   |
|--|---------------------|-------------------|
|  | Badeplass           | Open air bath     |
|  | Borveg              | Toll road         |
|  | Fluke               | Fishing           |
|  | Gapahuk             | Primitive shelter |
|  | Hyttehus for utleie | Rental cabinhouse |
|  | Kanoopling          | Canoeing          |
|  | Utsettpunkt         | Viewpoint         |
|  | Åpen varmbu         | Skating cabin     |
|  | Campingplass        | Camp site         |
|  | Caravansplass       | Caravan site      |
|  | Gondol              | Gondola lift      |
|  | Hotell/overnatting  | Hotel/Lodging     |
|  | Informasjon         | Information       |
|  | Kafeteria           | Cafeteria         |
|  | Matvarehandel       | Grocery           |
|  | Parkering           | Car parking       |
|  | Rasteplass          | Picnic area       |
|  | Spisested           | Restaurant        |
|  | Sykkelservice       | Bikeservice       |
|  | Sykkelutele         | Bike hiring       |
|  | Uteco               | Toilet/outhouse   |

- Asfalt/Pavé road
- Grusveg/Gravel road
- Stor sti/Track (fotst, vis hensynspath, show respect)
- Liten sti/Single trail (fotst, vis hensynspath, show respect)
- Birkebeinertett
- Anbefalt rute for barnefamilier/Recommended for families

© Skiloppet.no  
 Light: av Valt Lohammer 06/0115  
 Photo: av Valt Lohammer 06/0115  
 GPS data: © Jostein A. / Skiloppet.no  
 Kartdata: © Kartverket