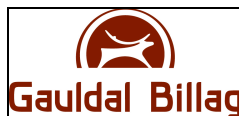


Start	Post	Lengde	Høyde
Rugldalen Stasjon (Ålen)	Flotasjonen (Kongens Gruve)	18,4 km	170 m.
Graftås Samfunnshus (Ålen)	Killingdal Gruve (Os Brakka)	20,8 km	460 m.
Jensåsvollen (Riasten)	Kjølihytta	8,4 km	260 m.
Aunegrenda Grendahus	Holddalsvollen (Grind)	15,8 km	320 m.
Fjellsetvollen (Bringen)	Bringentoppen	25,8 km	605 m.
Fjellheimen (Hessdalen)	Meiåvollen (Gapahuk)	24,0 km	430 m.
Fjellheimen (Hessdalen)	Hegsethvollen (Rundkjøring)	16,4 km	220 m.
Hessdalskjølen (Hessdalen)	Morkaflata	8,1 km	350 m.
Engan Skanse (Ålen)	Sibirien (Jernbaneundergang)	8,6 km	200 m.
RV30 Drøyliå (Haltdalen)	Drøyliå (Snuplass)	7,2 km	250 m.

## Hoved Sponsor Ålen IL



## Samarbeidspartnere:



## Sykeltrim i Holtålen

Sykeltrimmen kjøpes hos "Skattekjista" i Ålen Senter.

En konvolutt som inneholder 10 sykkelruter koster 100 kr. Er det flere familiemedlemmer som deltar, er det mulighet for å kjøpe ekstra klippekort til konvoluttene.

Ekstra klippekort koster 100 kr for voksen  
25 kr. for barn under 16.

Returneres innen **10. september 2010** til "Skattekjista" i Ålen Senter.

Hvis du har **8 poster** eller mer, er du med på trekning av et **gavekort på en sykkel - verdi 5000 kr.** Kortet er sponset av Alvdal og Tynset Sport. I tillegg er det mange andre fine premier.

Søndag 15. august mellom kl. 12.00 til 15.00 vil Sykkel og Alpingruppa ha servering på Meiåvollen (Gapahuk). Legg derfor turen dit da.



Spenstig, Trygt og Artugt Sykkel&Alpin-gruppe