





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 	<p>Ingen maks høyde eller lengde</p>	<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.