

MTB-leder på Kinnekulle

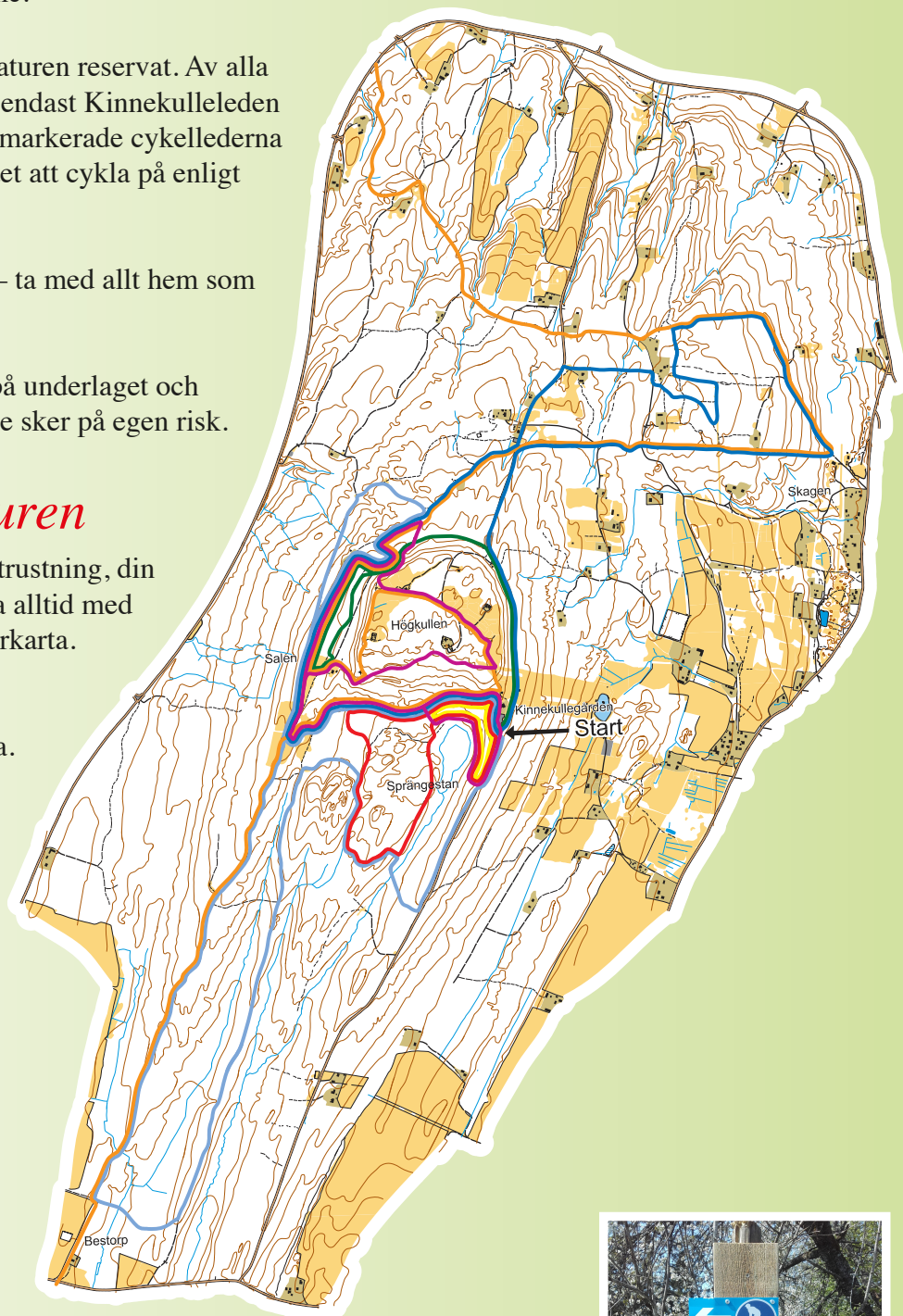
Regler för MTB - leder!

Det är alltid DU som cyklist som har SKYLDIGHET att i god tid sakta ned och tala om att du kommer vid passage av människor och djur. Fotgängare och ryttare ska alltid ha företräde. Tala om för ryttare/gående när sista personen passerar om ni åker i en grupp. Djur blir rädda av plötsliga rörelser och höga ljud. Tänk på att ge djuren tid och utrymme.

- Här på Kinnekulle är det mesta av naturen reservat. Av alla de leder som finns uppmärkta är det endast Kinnekulleleden (Orangemarkering) och de specifikt markerade cykellederna på Kinnekulles topp som det är tillåtet att cykla på enligt länsstyrelsens föreskrifter.
- Lämna inga spår. Släng inget skräp – ta med allt hem som du haft med dig ut på turen.
- Åk med kontroll. Var uppmärksam på underlaget och vädret och cykla därefter. Allt åkande sker på egen risk.

Råd och tips inför turen

- Planera din åkning. Ha koll på din utrustning, din kunskap och området du cyklar i. Ha alltid med lämplig reparationsutrustning och turkarta.
- Åk alltid med hjälm, handskar och anpassa din åkning efter din förmåga.
- Fyll på med vatten och energibars vid längre turer.
- Glöm inte att köra med ett leende och ha roligt på turen och framförallt, var rädda om varandra!



Gul	1,0 km	Intervallslingan
Röd	2,8 km	Sprängestån runt
Violett	5,0 km	Toppsslingan
Ljusblå	10,3 km	Bestorpslingan
Mörkblå	8,4 km	Skagenslingan
Grön	3,8 km	Salen runt
Orange	45,0 km	Kinnekulleleden



Trevliga cykelturer kring Högekullen:

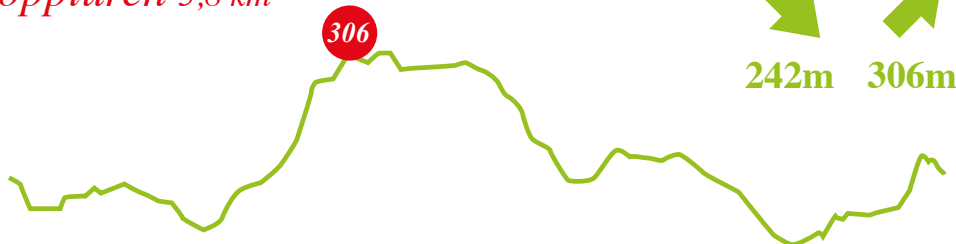
Mer information om MTB-leder på Kinnekulle



Turistbyrå / Tourist Information
Center / Touristenbüro

Tel. 0510-200 20
info@lackokinnekulle.se
www.lackokinnekulle.se | www.gotene.se

Toppturen 5,8 km



En kul varierad tur som har fin klättring upp till kinnekulles topp, får man sedan valuta för klättringen i stenig nedförstur förbi Andre´s utgrävningar, och kraftigt vänstersväng i högfart - var redo!!

Lägsta åkhöjd: 242m
Högsta åkhöjd: 306m

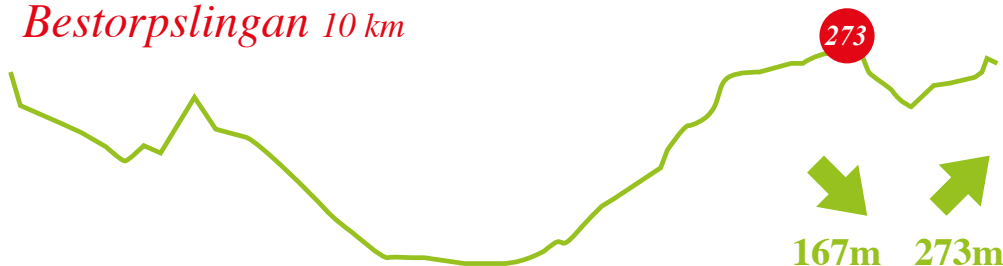
Salenrundan 4 km



För nybörjaren som vill ha en fin enkel tur med viss singeltrack, slingan går runt trevliga Salen.

Lägsta åkhöjd: 261m
Högsta åkhöjd: 284m

Bestorpslingan 10 km



En tur på mestadels större stig längs milspåret, har en trevlig singeltrack parti uppför "Anders allé" lång utför och uppförskörning, bra träning inför långlopp.

Lägsta åkhöjd: 167m
Högsta åkhöjd: 273m

Skagenslingan 8 km



Njut av utsikten innan nedförbackarna i teknisk terräng, fin singeltrack i lummig gammalskog. En fantastiskt trevlig och varierad tur.

Lägsta åkhöjd: 153m
Högsta åkhöjd: 271m

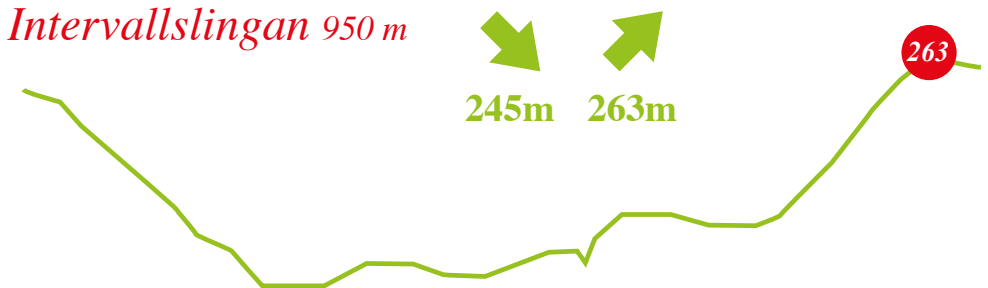
Sprängestan runt 2,76 km



Kuperad bana mestadels på småteknisk åkning både uppför och nedför i fin skogsstenig miljö.

Lägsta åkhöjd: 221m
Högsta åkhöjd: 263m

Intervallslingan 950 m



Kort kuperad bana i underbar terräng, som gör sig bra för intervallträning.

Lägsta åkhöjd: 245m
Högsta åkhöjd: 263m