



## **Tour de Jotunheimen** - en kulinarisk sykkeltur i høyfjellet

Ruten går i den østlige delen av Jotunheimen, og tar deg innom kjente naturperler som Skåbu, Jotunheimveien, Valdresflye, Sjudalen og Murudalen. Her sykler du gjennom elgen og reinens rike, levende setergrender, Norges nest høyeste fjellovergang, langs noen av landets vakreste innsjøer som Vinstervatn, Bygdin og Gjende og elven Sjoa.

Overnattingen skjer på tre unike familiedrevne hotell, som tilbyr gode måltidsopplevelser med stort innslag av lokale råvarer og egne produkter. Hotellene er komfortable og er tilrettelagte for at du som syklist blir godt ivaretatt. Prisene nevnt nede inkluderer 3 retters middag, frokostbuffet og selvsmurt nistepakke per natt for 2 personer.

**Skåbu Fjellhotell** - ligger i fjellbygda, Skåbu – Nord-Europas høyestliggende bebodde fjellbygd. Skåbu fjellhotell er hjemmekoselig og familiedrevet boutique hotell med 17 boenheter fordelt på dobbeltrom, fjellsuiter og leiligheter. Fjellhotellet har en anerkjent restaurant med 2 sirkler i 360 Eat guide. Hotellet er også medlem av internasjonale Regenerative Travel – et internasjonalt bærekrafts nettverk.

Det er mulig å ankomme Skåbu med både bil og offentlig kommunikasjon; tog til Vinstra og buss videre til Skåbu eller henteservice fra Vinstra.

Vertskap er Jannicke og Henrik.

Opphold for 2 personer fra kr. 3.970,-

[www.skabufjellhotell.no](http://www.skabufjellhotell.no) [post@skabufjellhotell.no](mailto:post@skabufjellhotell.no) Tlf. 61295500

**Bessheim Fjellstue og Hytter** ligger langs nasjonal turistvei Valdresflye. Fjellstua har 27 rom, 27 hytter og leiligheter. Eldste delen av fjellstua er fra 1890. Badstue og hyggelige peisestuer. Vertskap er Kari og Bjørn.

Opphold for 2 personer fra kr. 2.790,-

[www.bessheim.no](http://www.bessheim.no) [post@bessheim.no](mailto:post@bessheim.no) Tlf 61238913

**Hindsæter hotell** ligger langs nasjonal turistvei Valdresflye. Hotellet har 10 unike sætersuiter og 7 dobbeltrom. Eldste delen av hotellet er fra 1898. Fjellbibliotek og velværevdeling. Medlem av De Historiske Hotell og Spisesteder.

Vertskap er Karola og André.

Opphold for 2 personer fra kr. 3.540,-

[www.hindseter.no](http://www.hindseter.no) [post@hindseter.no](mailto:post@hindseter.no) Tlf. 61238916

Alle steder har tilbud om spyling av sykkel, innendørs avlåst sykkeloppbevaring, samt sykkelverktøy og slanger. Oppbevaring av bagasje mens du er på tur.

### **Bestilling av «Tour de Jotunheimen»:**

1. Finn ut når du ønsker å besøke oss. Send en epost til ett av hotellene (fortrinnsvis der du ønsker å starte og avslutte turen. Oppgi dine datoer og om du ønsker å ha et ekstra døgn på noen av stedene for å ta en fottur eller hviledag.
2. Hotellet sjekker om de andre har ledige rom og til hvilken pris. Du får en rask tilbakemelding på dette.
3. Når du har bestilt får du en bekreftelse fra hotellene på din bestilling. Informasjon om måltider og annen praktisk informasjon finner du også der.

### **Bagasje**

Det er for sommeren 2024 ikke etablert noe tilbud om bagasjetransport. Du tar med nødvendig bagasje for to overnattinger på sykkelen. Er dere flere undersøker vi gjerne med aktuelle drosje/bussruter for transport av bagasje.

### **Sykkelutleie**

I Sjødalen( Hindsæter og Bessheim) kan du leie el-sykkel hos Bike&Hike: [www.bikeandhike.no](http://www.bikeandhike.no)  
I Skåbu kan du leie sykkel hos Skåbu Sykkelsafari: [www.skabusykkelsafari.no](http://www.skabusykkelsafari.no)

### **Rutebeskrivelse og kart**

Ved oppstart vil du få utdelt en detaljert rutebeskrivelse og kart. Turen kan selvfølgelig sykles begge veier. Du bestemmer også selv fra hvilket av de tre hotellene du starter turen fra.

#### **Hindsæter Hotell – Skåbu Fjellhotell: 63 km, kupert med noen kneiker**

De første ca. 6 km går på grus/kjerrevei i fin furuskog nedover Sjødalen. Over elva Veo sykler du på en vakker restaurert sprengverksbru med utsikt ned i Veojuvet. Videre på den asfalterte hovedveien i ca. 4 km før du tar av på veien som er skiltet ned til Ridderspranget. Det anbefales å ta den lille avstikkeren til fots ned til Ridderspranget og ta i øyesyn den mest dramatiske delen av Sjoa elv.

Videre så går turen på grusvei/kjerrevei nedover dalen langs Sjoa, forbi den gamle skystasjonen Hovda, forbi Brurusten, den kjente reinjegeren Jo Gjendes gamle gård og ned på Murudalsveien.

Denne sykles så ca 1 km, over Sjoa igjen, før du tar av til høyre og inn på grusveien som slynger seg gjennom Murudalen i retning Skåbu\*. På denne strekningen passerer flere vakre setertun,(Åsengseter, Tolstadseter og Nysæter) og noen idylliske små elver. Underveis må du opp noen kneiker, men det meste av turen er lett og småkupert. Etterhvert bærer det nedover mot Slangen før det blir en stigning på ca 200 høydemeter på asfaltert vei opp til Skåbu Fjellhotell.

\*Avstikker til Glittersjø Fjellgård, ca. 2 km. Etter å ha passert brua over Sjoa tar du til venstre og fortsetter Murudalsvegen som er asfaltert. Følg skiltene til Glittersjø som er en besøksgård med mange dyr, troll og elger. De har åpnet fra 22. juni i 2024: [www.glittersja.no](http://www.glittersja.no)

#### **Skåbu Fjellhotell – Bessheim Fjellstue: 73 km, noen lengre stigninger**

Fra Skåbu til Slangen, ca 5 km. Sykling på asfalt til du har krysset elven. Her krysser elgen samme sted hvert år, og det har den gjort i over 10.000 år som vi kjenner til. Skåbu ligger i «elgland» og gjennom Skåbu passerer Europas største elgtrekk (700-900 dyr). I skogen og langs veien finnes hundrevis av elggraver – en effektiv fangstmetode i gamledager, som ble forbudt i 1863.

Etter å ha passert Slangen deler veien seg og du tar til venstre og inn på den 45 km lange Jotunheimvegen med skilting til Bygdin. Grusveien starter med en lengre stigning på ca. 300 høydemeter opp til Raudskaret, med flott utsikt i alle

retninger. Videre i lett terreng til Kvålsetra. Du har nå gjort unna ca. 20 km av dagens etappe og det kan passe med en rast her. Vi anbefaler å besøke Falkefangeranlegget her, følg stien og skiltingen. Dette er det eneste gjenoppbygde falkefangeranlegget i Skandinavia.

Etter ytterligere 4 km kommer du til Fiskesleo som ligger helt i veikanten på venstre side. Dette er et lite hus som fisken ble ledet inn i og fanget. Veien slynger seg så videre i lettкупert terreng med god utsikt før en ny liten stigning opp mot Buhø. Ta gjerne en avstikker enten på sykkel eller til fots opp til toppen av Buhø. På toppen har man 360 graders utsikt innover Langsua, Heidalsmuen og andre kjente topper i Jotunheimen.

Fra Buhø kommer en lang nedoverbakke og lettsyklet vei fram til Haugseter Fjellstue. Her er det kafé: [www.haugseter.no](http://www.haugseter.no). Fjellstua ligger midt langs Vinstervatn (1030 moh). Du sykler gjennom et aktivt stølsområde, der bøndene fra Øystre Slidre har både geit og storfe om sommeren. Langs med Vinstervatn, et godt ørretvann, er det litt opp og ned, men stort sett flatt.

Etterhvert kommer du inn på fylkesvei 51, sør for Valdresflye. Herfra er det asfaltert vei med en del biltrafikk de siste 20 km til Bessheim. Du tar nå fatt på dagens siste stigning, 360 høydemeter, opp til toppen av Valdresflye. Her på 1398 moh er det kafé og rastmulighet. Valdresflya er en stor slette, myrlendt og med små fjellvann. En av Norges lettest tilgjengelige 2000-meterstopper, Rasletind, på venstre sida. T-merket helt opp.

Nå er det flere kilometer med nedoverbakke til du kommer inn i sæterdalen Sjudalen. Storslagen utsikt på hele turen over Øst-Jotunheimen med bl.a. Besshø, Nautgardstind og Besseggen. Landskapet rundt den særpregede fjellryggen Knutshø med det idylliske vannet Leirungen og Gjendehø foran kulissen av Gjendealpene kan ta pusten av enhver. Du ser også til målet for dagen som er Øvre Sjudalsvatn og Bessheim.

Fra Maurvangen til Bessheim (970 moh) er det flatt i tre kilometer. Ved Maurvangen sykler du over elva Sjoa. Her kan du ta en avstikker på to kilometer inn til Gjendeosen. Fra Gjendeosen går Gjendebåten inn til Memurubu og Besseggen.

### **Bessheim Fjellstue – Hindsæter Hotell: 32 km, lett kupert tur**

De første tre kilometrene sykles det på Nasjonal Turistvei Valdresflye som er asfaltert. En del biltrafikk her, men veldig vakkert langs Øvre Sjudalsvatnet. Ved avkjøringen til Postfuru Camping svinger du av og inn på grusveien innover mot Griningsdalen. På brua over Sjoa krysses en fin foss før den lettкупerte veien tar deg gjennom bjørk- og furuskog forbi Griningsdalskampen som kan bestiges på ca. en time. Videre ut i den åpne og vakre Griningsdalen, forbi gamle sætre inn til veiens ende. Nå må det sykles et stykke tilbake, men her får du en aldeles nydelig utsikt til noen av Jotunheimens stortopper. Etterhvert ledes du inn på en sti/kjerrevei på ca. to kilometer og så videre gjennom trolsk furuskog på bedre grusvei, over enda en spektakulær foss og inn på den asfalterte turistveien igjen. Denne følges i kupert terreng, forbi de vakre Russlisetrene fram til Hindsæter Hotell. Ønsker du å ta en lett fottur på denne sykkelruten kan Hulderstigen ved Russlisetrene anbefales. Dette er en merket tursti på 5 km med informasjonsposter underveis. Mange alternativer for fotturer fra Hindsæter.