

OVERSIKT OVER ETAPPAR SYKKYLVEN RUNDT ca. 50 km

- 1 etp Dalemyra stadion til Grendahuset, ca 800 m. Gut/jente fødselsår 2001 eller seinare. Gras/grus/asfalt, løp. Flatt og lett stigning på slutten.
- 2 etp Grendahuset om Brunstad og Hole til Fjellseterskiftet, 7,5 km terrengsykkel, asfalt, setreveg, kupert, motbakke siste 2 km.
- 3 etp Fjellseterskifte til Sykkylven Ungdomsenter, løp asfalt motbakke, flatt 2,4 km
- 4 etp Padling i kano ca 300 m. Garantert flatt.
- 5 etp Sykkylven Ungdomsenter til badeplassen ved Andestadvatnet om Melseth (Ramstaddal) Terrengsykkel, asfalt, grus,.)
Mote, kupert, unna ca. 19 km
- 6 etp Badeplassen Andestadvatnet til Aure ved helikopterplassen, like før krysset med riksvegen. Sykkel asfalt ca 5,0 km
- 7 etp Frå helikopterplassen, til venstre ut på gangveg langs riksvegen, på gangfelt over vegen til Godsterninalen rett før fyrste rundkjøring, vidare til helsesenteret i Haugbukta, opp til Berlihaugen og gangveg ned til Ekornes avd. Vestlandske.
Løpsetappe. Asfalt, flatt, litt mote, nedover siste 100 m. Ca. 1,4 km.
- 8 etp Frå Ekornes avd. Vestlandske til Straumgjerde (Emdal godsterninal), over Sykkylvsbrua, sykkel, asfalt, 8 km
- 9 etp Straumgjerde (Emdal godsterninal) til Fetbrua på vestsida av Fetvatnet, terrengsykkel, asfalt, skogsbilveg, 4,3 km
- 10 etp Fetbrua til Dalemyra stadion, løp asfalt, litt stigning ca 2,5 km
- 11 etp Hesteskokasting, strafferunder ved bom.
- 12 etp Dalemyra stadion. Gut/jente fødselsår 2001 eller seinare, ca 500 m.