

## Slik deltar du på «Ti På Hjul»-konkurransen:

1) Registrer ditt besøk ved å ta et bilde av turmålet – gjerne enn *selfie*. Bildet kan du legge ut på Facebook-gruppen: "Ti På Hjul". Alternativt kan det sendes til e-post adressen under for registrering. Det er ikke satt ut "Ti På Hjul"-postkasser i år.

2) Når du har vært på fem ulike turmål, eller rullet ti turer tilsammen uavhengig av hvilke turmål, sender du en mail til:

[amund@ishavskysten.no](mailto:amund@ishavskysten.no)

3) Du vil motta premien din i posten.

4) Rull videre. Ny premie venter etter de neste 10 turene også!

Det er gratis å delta i kampanjen.

For mer detaljert info med kart og veibeskrivelse av turene, se: [www.ishavskysten.no](http://www.ishavskysten.no)

Prosjektet er finansiert av Troms Fylkeskommune og Ishavskysten friluftsråd.

### Kontakt oss:

Amund Hagen Kristiansen

Mobil: 41651370

Ishavskysten friluftsråd

Laila Edvartsen

Mobil: 90737361

Tromsø Handikapforbund

Foto. Amund H.K, Bensnes

## Ti På Hjul passer for deg som:

- \* Bruker hjul i hverdagen (rullestol, rullator, barnevogn) og har lyst til å dra ut på tur i naturen
- \* Ønsker å oppleve natur og friluftsområder i Lyngen, Tromsø, Balsfjord, Storfjord og Karlsøy kommune



I samarbeid med Tromsø Handikapforbund og våre medlemskommuner har Ishavskysten friluftsråd startet aktivitetsprosjektet Ti På Hjul i år. Prosjektet har som mål å inspirere dere som av ulike årsaker ikke kan benytte dere av Ti På Topp tilbudet, men som gjerne vil ut på tur.

I denne brosjyren har vi listet opp 10 fine turmål som er tilpasset hjulbrukere; enten du bruker rullestol barnevogn eller rullator. Turene har ulik lengde, og er gradert som varierte eller slake. Mange har gapahuk og bål plass, men ikke alle har handikoptolett. Turene er prøvekjørt med elektrisk kombirullestol.

### God tur!



Foto: Amund Hagen Kristiansen, Indre Malangseidet



**10 turer i flotte,  
tilrettelagte  
friluftsområder**



Nå er det din tur!



likeverd og  
likestilling

# TURMÅL SESONGEN 2015:

## Tromsø kommune:

### **1. Tur i lysløypa til Skihytta (Variert)**

Nord på Tromsøya er det en fin grusvei opp til skihytta. Fra hytta er det flere muligheter på grusveier i marka.

*Adkomst:* Kjør inn mot Mortensnes fra fylkesvei 862. Etter ca. 600 meter ses lekeområdet til Ekrehagen Barnehage. Kjør inn på p-plass mellom barnehagen og Ekrehagen skole



Foto: Privat, Skihytta på Tromsøya

### **2. Tur inn Tromsdalen (Variert)**

Skogsbilveg innover Tromsdalen. Her er det lavvo og bålplasser i et fint naturområde.

*Adkomst:* Kjør til enden av turistvegen inn mot Tromsdalen på vestsida. P-plass i enden. Ca. 900 meter til tunet.

## Balsfjord kommune:

### **3. Tur til Juksavatnet (slakt)**

Et godt tilrettelagt friluftsområde med furuskog, gapahuk og fiskemuligheter.

*Adkomst:* Ta av fra E6 mot Strupen, og kjør helt inn til veis ende. Parker på den åpne plassen ved bommen.

### **4. Tur til nydelig utsikt ved Skogsbua i Indre Malangseidet (slakt)**

Følg skogsvei i ca. 2km inn til Skogbua. Her er det grillhytte og bål plass, med flott utsikt.

*Adkomst:* Ta av ved skiltet til Indre Malangseidet og kjør Ca. 2,5 km til veis ende. Der kan du parkere.

## Storfjord kommune:

### **5. Flott strandpromenade i furuskog (slakt)**

Godt tilrettelagt grusvei i furuskog og naturreservat. Gode muligheter for fuglekikking ved Leira.

*Adkomst:* Kjør gamleveien til LHL-bygget. Grusveien starter bak bygget.

### **6. Tur i frodige Lulledalen, Skibotndalen (slakt)**

Fin tur til gapahuk og bål plass inne i Lulledalen. Det er 0,5 km fra p-plassen til gapahuken.

*Adkomst:* Godt merket til p-plass fra E8. Sving opp der det står tursti parkering. Da kommer du til en tilrettelagt p-plass.

## Lyngen kommune:

### **7. Stortuva grusvei, Bensnes (slakt)**

Fin skogsbilvei med slak stigning inn til en trivelig bål plass i bjørkeskogen. Ingen WC. Snaut 1,5 km inn fra parkeringa.

*Adkomst:* Rett vest for svingen ved Storelva ligger det en skogsbilvei mellom husene, med gjerde på hver side. Kjør denne opp til bommen. Parker der.



Foto: Tine Marie Hagelin, Jægervatnet i Lyngen

### **8. Jægervatnet skogsbilvei (variert)**

Følg den fine skogsbilveien innover langs Jægervatnet gjennom 1-2 porter. Etter ca. 2 km kommer du til et utsiktspunkt, med en rasteplass nedenfor.

*Adkomst:* Kommer du fra Svensby tar du til høyre rett før brua der Jægervatnet renner ut i havet. Her er det en merket P-plass. Man kan også følge veien videre forbi husene ca. 700 meter innover, og parker på en åpen plass til venstre for skogsbilveien.

## Karlsøy kommune:

### **9. Elvekroken ved Skogsfjordelva, Ringvassøya (slakt)**

Slett og fin grusvei ned til en gapahuk ved elva. Grusveien går også videre ned mot fjorden. Ca 1km.

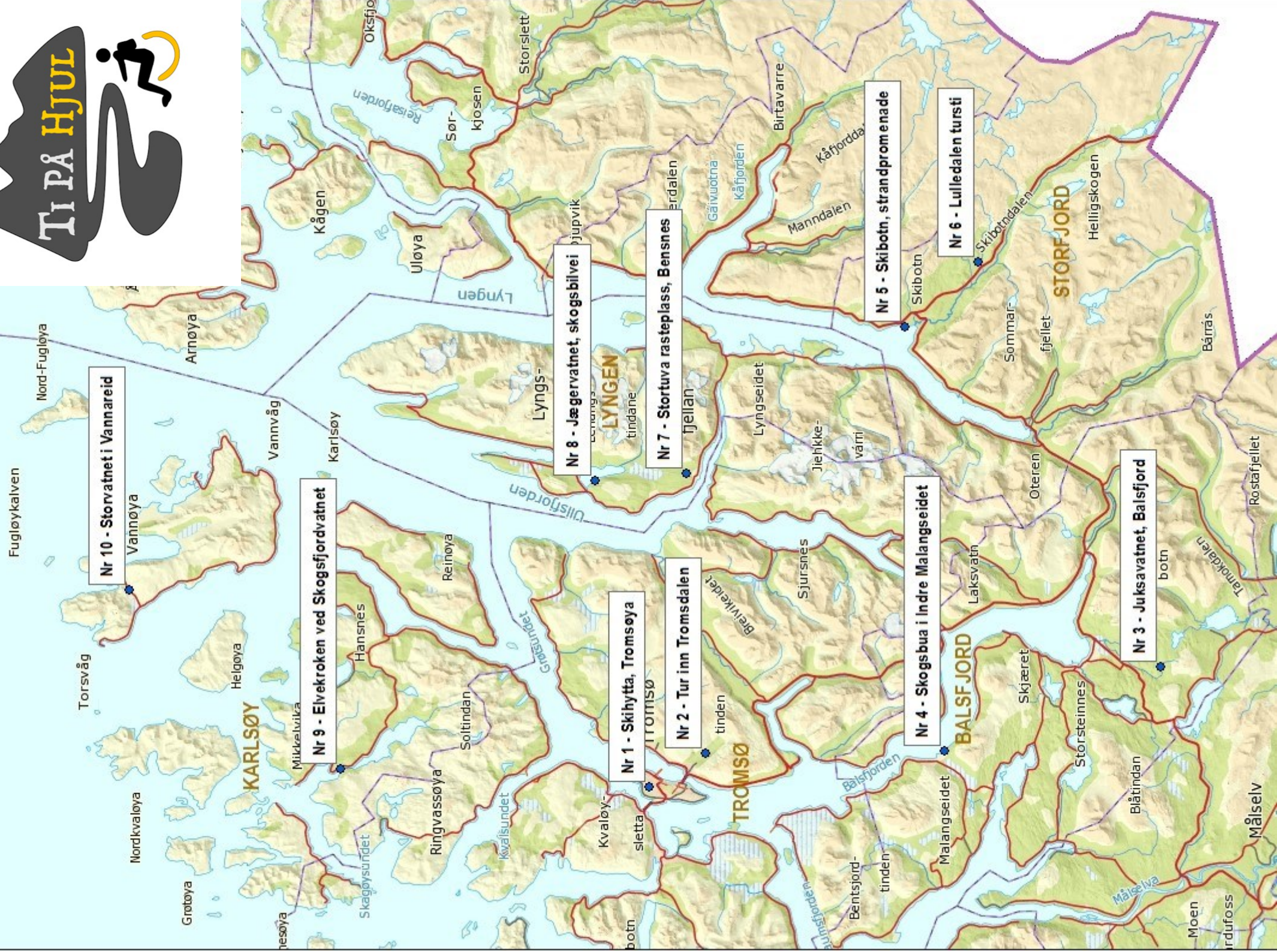
*Adkomst:* Kjør til der elva gjør en sving helt ut mot veien. Parker på p-plassen

### **10. Storvatnet på Vannareidet (slakt)**

Ta turstien ned langs vatnet. Her finnes det en tilrettelagt rasteplass med levegg.

*Adkomst:* Parkeringsplass ved vatnet på Vannareidet.

# TURMÅLENE TIL TIL PÅ HJUL - SESONGEN 2015



Nr 10 - Storvatnet i Vannareid

Nr 9 - Elvekroken ved Skogsfjordvatnet

Nr 1 - Skihytta, Tromsøya

Nr 2 - Tur inn Tromsdalen

Nr 3 - Juksavatnet, Balsfjord

Nr 4 - Skogsbua i Indre Malangseidet

Nr 7 - Stortuva rasteplass, Bensnes

Nr 8 - Jægervatnet, skogsbilvei

Nr 5 - Skibotn, strandpromenade

Nr 6 - Lulledalen tursti