MJØLKEVEGEN

VINSTRA–VALDRES–GOL

Cycling guide for the Mjølkevegen route

© Kartverket. Kartet er hentet fra kartverket.no
utgitt av Visit Valdres AS, 2018

MJØLKEVEGEN VINSTRA–VALDRES–GOL

Mjølkevegen er en av Norges flotteste opplevelsesruter på sykkel og går i vakkert fjell- og stølslandskap mellom Vinstra i Gudbrandsdalen og Gol i Hallingdal, gjennom store deler av Valdres. Hovedruta har to alternativer og er på totalt ca. 250 km, men det finnes også mange flotte deletapper og avstikkere for de som ønsker en kortere eller mindre krevende tur. Mjølkevegen er en flott sykkelopplevelse for både nybegynnere og mer erfarne syklister. Det er mange opplevelses- og aktivitetstilbud langs Mjølkevegen og vi anbefaler at syklistene tar seg god tid til å nyte omgivelsene og stedene de kommer til underveis på turen. For gode råd og tips, ta kontakt med ett av turistkontorene våre eller en av overnattingsbedriftene langs ruta. Finn mer informasjon på www.mjolkevegen.no

Mjølkevegen has been voted one of the most attractive cycling routes in Norway and extends through beautiful mountain landscapes between Vinstra in Gudbrandsdalen, the Valdres region, and Gol in Hallingdal. The main route has two alternatives and is approx. 250 km in total. However, there are a number of shorter legs and detours for cyclists who want a shorter or less demanding trip. Mjølkevegen is for everyone, regardless of level and cycling experience. There are many activities and attractions along the route and we recommend cyclists to take their time and enjoy the surroundings. For recommendations, contact one of our tourist offices or the accommodations along the route. Find out more at www.mjolkevegen.com

Die Fahrradroute Mjølkevegen gehört unzweifelhaft zu den schönsten in Norwegen. Sie führt von Vinstra im Gudbrandsdal über Valdres nach Gol im Hallingdal und durchquert abei eine herrliche Almen-, Berg- und Seenlandschaft.
Die Hauptroute ist ungefähr 250 km lang und hat zwei alternative Streckenführungen. Sie lässt sich in leichte oder anspruchsvolle Teilstrecken und Abstecher unterteilen, so dass Familien und unerfahrene Radler wie auch Experten auf ihre Kosten kommen. Unterwegs gibt es ein umfassenden Erlebnis- und Aktivitetsangebot, und wir empfehlen Mjølkevegenradlern, sich Zeit zu nehmen, um die Umgebung zu genießen. Für Tipps und Empfehlungen beraten Sie unsere Touristinformationen und Unterkünfte entlang der Route gern. Lesen Sie mehr auf de.valdres.com/mjolkevegen

Foto: Scanout v/ Yngve Ask

Foto: Scanout v/ Yngve Ask

TURFORSLAG / ROUTE SUGGESTIONS / ROUTENEMPFEHLUNGEN:

DE TO HOVEDRUTENE / THE TWO MAIN ROUTES / DIE BEIDEN HAUPTROUTEN

Mjølkevegen via Slettefjellvegen (ca. 230 km)
Vinstra Stasjon – Ruten – Haugseter – Beitostølen – Slettefjellvegen – Høre – Ryfoss – Syndin – Vaset – Stølsvidda – Goldsfjellet – Gol Stasjon

Mjølkevegen via Eidsbugarden med M/B Bitihorn (ca. 250 km)
Vinstra Stasjon – Ruten – Haugseter – Bygdin – M/B Bitihorn – Eidsbugarden – Tyin – Tyinkrysset – Øye – Vennisvegen – Slettefjell bom – Høre – Ryfoss – Syndin – Vaset – Stølsvidda – Golsfjellet – Gol Stasjon

Tips:
- Benytt transportmulighet fra togstasjonene til overnattingsbedriftene i hver ende av ruta og reduser sykkelturen med 56 km. Må forhåndsbestilles.
- Husk å forhåndsbestille plass på M/B Bitihorn for syklist og sykkel (+47 61 36 59 00).
- Vanskelighetsgrad: Middels-krevende. Må ha sykkelerfaring. Elsykkel anbefales.

- Use of the transport service from/to the train stations at each end of the route will reduce the total distance with 56 km. Pre-booking necessary.
- Remember to make reservations for you and your bicycle on the boat M/B Bitihorn (+47 61 36 59 00).
- Level: Moderate-Challenging. For experienced cyclists. E-bikes recommended.

- Ingebrauchnahme des Abholservices von/zum Bahnhof am jeweiligen Ende der Route reduziert die Gesamtlänge der Tour mit 56 km. Muss vorbestellt werden.
- Denken Sie daran, Platz für sich und Ihr Fahrrad auf der M/B Bitihorn zu reservieren (+47 61 36 59 00).
- Schwierigkeitsgrad: Mittelschwer-anspruchsvoll. Für erfahrene Radfahrer. E-Fahrräder empfehlenswert.

FORSLAG TIL DELETAPPER OG RUNDTURER / SHORTER LEGS AND ROUND TRIPS / TEILSTRECKEN UND RUNDTOUREN

Ruten – Beitostølen (ca. 70 km)
Etappe / Leg / Etappe: Ruten – Jotunheimvegen – Haugseter– Bygdin – Beitostølen
Nivå / Level / Schwierigkeitsgrad: Middels / Moderate / Mittelschwer

Beitostølen – Vaset (ca. 70 km)
Etappe / Leg / Etappe: Beitostølen – Slettefjellvegen – Høre – Ryfoss – Syndin – Vaset
Nivå / Level / Schwierigkeitsgrad: Krevende / Challenging / Anspruchsvoll
Tips: Continue from Vaset via Leira to Fagernes (+35 km)

Vaset – Stølsvidda – Storefjell (ca. 35 km)
Etappe / Leg / Etappe: Vaset – Brattåsen – Langestølen – Furuset – Storefjell
Nivå / Level / Schwierigkeitsgrad: Lett-middels / Easy-moderate / Leicht-mittelschwer
Tips: Base-cycling from Vaset or Golsfjellet is perfect for families and less experienced cyclists. (Accommodation at Vasetstølen Cabins, Gomobu Mountain Lodge or Storefjell Resort Hotel).

Mjølkevegen – Panoramarunden med/with/mit M/B Bitihorn (ca. 160 km)
Etappe / Leg / Etappe: Ruten – Haugseter – Bygdin – M/B Bitihorn – Eidsbugarden – Tyinkrysset – Vangsmjøsa (N) – Vennisvegen – Slettefjellvegen – Beitostølen
Nivå / Level / Schwierigkeitsgrad: Krevende / Challenging / Anspruchsvoll
Tips: Cycle back to Ruten (+70 km)

Mjølkevegen – Rundtur /round trip/Rundtour fra/from/von Beitostølen med M/B Bitihorn (ca. 95 km)
Etappe / Leg / Etappe: Beitostølen – Slettefjellvegen – Vangsmjøsa (N) – Øye – Tyinkrysset – Tyin – Eidsbugarden – M/B Bitihorn – Bygdin – Beitostølen
Nivå / Level / Schwierigkeitsgrad: Middels-Krevende / Moderate-Challenging / Mittelschwer-anspruchsvoll

For komplette turbeskrivelser, besøk våre nettsider www.mjolkevegen.no
For more detailed tour descriptions, visit www.mjolkevegen.com and www.outtt.com
Detalierte Routenbeschreibungen finden Sie auf de.valdres.com/mjolkevegen

Foto: Scanout v/ Yngve Ask

PRAKTISK INFO / PRACTICAL INFO / PRAKTISCHE INFO

OVERNATTING / ACCOMMODATION / UNTERKÜNFTE

Vi anbefaler følgende overnattingsbedrifter langs Mjølkevegen. Disse bedriftene har et spesielt fokus på å ivareta syklister langs Mjølkevegen og har et godt samarbeid seg i mellom. Ved bestilling, oppgi at du skal sykle Mjølkevegen. Bedriftene tilbyr bagasjetransport ved forespørsel.

We recommend the following accommodations along Mjølkevegen. These businesses have a special focus on providing for cyclists along the route and are a part of a cooperation. Upon booking, state that you are cycling the Mjølkevegen route. They provide baggage transportation upon request.

Die im Folgenden aufgelisteten empfohlenen Unterkünfte entlang des Mjølkevegen sind besonders gut auf Radfahrer eingestellt und haben eine gute Zusammenarbeit untereinander. Bitte begen Sie bei Buchung an, dass Sie den Mjølkevegen radeln. Auf Anfrage können Sie Gepäcktransport entlang der Route bestellen.

1 Ruten Fjellstue (*)	www.ruten.no	+47 61 29 73 20
2 Haugseter Fjellstue	www.haugseter.no	+47 61 34 16 10
3 BygdinHøifieldshotel	www.bygdin.com	+47 61 34 14 00
4 Radisson BLU Mountain Resort Beitostølen	www.beitostolen.com	+47 61 35 10 00
5 Tyinholmen	www.tyinholmen.no	+47 61 36 78 88
6 Syndinstøga	www.syndinstoga.no	+47 906 80 040
7 Vasetstølen	www.vasetstolen.no	+47 61 36 33 50
8 Gomobu Fjellstue og Hyttetun	www.gomobu.no	+47 61 35 77 10
9 Storefjell Resort Hotel (*)	www.storefjell.no	+47 32 07 80 00

(*) offer transportation to/from nearest train station upon request.

SYKKELUTLEIE / BICYCLE RENTAL / FAHRRADVERLEIH

Vi anbefaler Fjellkjeden, som er et samarbeid mellom Intersportbutikkene på Beitostølen, Fagernes, Vaset, Filefjell og Gol.
For mer informasjon og bestilling: utleie@fjellkjeden.no

We recommend Fjellkjeden, which is a cooperation between the Intersport shops in Beitostølen, Fagernes, Vaset, Filefjell and Gol.
For more information and booking: utleie@fjellkjeden.no

Unser empfohlener Partner ist Fjellkjeden, eine Zusammenarbeit der Intersportgeschäfte in Beitostølen, Fagernes, Vaset, Filefjell/Tyinkrysset und Gol. Einwegmiete zwischen diesen Stationen ist möglich.
Mehr information und Buchung: utleie@fjellkjeden.no

TRANSPORT / TRANSPORTATION / AN- UND ABREISE

Train: www.vy.no
Express buses: www.nor-way.no
Local buses: www.innlandstrafikk.no
Boat on Lake Bygdin: www.jvb.no/bitihorn
All types of transport: www.en-tur.no

LANGTIDSPARKERING / LONG TERM PARKING / LANGZEITPARKEN

At Gol station, at Fagernes and at Vinstra station

VALDRES TOURISTKONTOR / VALDRES TOURIST INFORMATIONS / VALDRES TOURISTINFORMATION

Fagernes (main office): +47 61 35 94 10 info@visitvaldres.no
Beitostølen: +47 61 35 94 20 beitostolen@visitvaldres.no
Tyinkrysset/Filefjell: +47 61 35 94 30 filefjell@visitvaldres.no