



Kreftforeningens Stafett for livet Ringsaker 25.-30.mai 2021

8 turløyper i hele Ringsaker. Gratis deltagelse, gå når du vil.

Velkommen til Stafett for livet Ringsaker 2021! Stafetten blir annerledes på grunn av korona, men målet er det samme: Vi skal hedre og vise vår støtte til fighterne og deres pårørende.

I år har vi lagt opp til en QR-stafett, med åtte ulike stafettruter rundt om i hele Ringsaker, fra Hamar i syd til Mesnali i nord. Gå, løp eller sykle når du vil, når det passer deg i ditt tempo. Du starter og avslutter når og hvor du selv vil. Du kan gå alene eller sammen med noen i din kohort. Ingen påmelding, bare møt opp.



Slik virker QR-stafetten

Du skanner QR-koden med kamerafunksjonen på din mobil. Da vil du få opp en link til en nettside for Stafett for livet Ringsaker som du må trykke deg videre på.

Program

Turløypene er åpne fra 25. mai med mulighet for QR-scanning.

Lørdag 29. mai

Kl. 12.00

Åpningsseremoni v/Mølla i Brumunddal sentrum

Kl. 22.30

Lysseremoni i Mjøsparken i Brumunddal

Lysseremonien er stafettens høydepunkt, hvor vi tenner lysposer og minnes dem vi har mistet og hedrer de som står midt i det nå. Du kan kjøpe egen lyspose ved hver rute og disse plasserer vi i Mjøsparken for deg. Det blir mulig å vandre gjennom parken og se på alle lysposene.

Montebellosenteret i Mesnali arrangerer også lysseremoni på samme tidspunkt.

Søndag 30.mai

Kl. 12.00

Avslutningsseremoni i Moelv-parken.

Se «Kreftforeningens Stafett for livet Ringsaker» Facebookside for mer informasjon om hvor du kan følge sendingene direkte.

www.facebook.com/stafettforlivetningsaker

Vi følger nøye med på smittesituasjonen i Ringsaker, og følger lokale og nasjonale smittevernsregler for å begrense smitte av covid 19. Vi tar forbehold om endringer og avlysninger på kort varsel ved behov. Følg «Kreftforeningens Stafett for livet Ringsaker» på Facebook for løpende informasjon.

Slik virker QR-stafetten:

Langs de åtte løypene henger det skilt med QR-koder. Hvis du ønsker å delta aktivt i stafetten, må du skanne QR-kodene ved rutene.

Gratis kart over stafettrutene er tilgjengelige i plastkasser ved startpunktene for hver rute. Løypene er åpne 25.-30. mai.

Lørdag 29. mai er startpunktene bemannet, ellers er det selvbetjening. Lysposser kan kjøpes ved hver rute.

Hvordan scanner du?

- Du skanner QR-koden med kamerafunksjonen på din mobil.
- Fokuser QR-koden i kamera til du får opp en link til en nettside for Stafett for livet Ringsaker som du må trykke deg videre på.
- Det er ingen APP du må laste ned, telefonen lagrer ingen data om deg og alt er gratis.
- På nettsiden får du beskjed om å registrere deg ved å fylle inn et kallenavn. Du kan også velge å være anonym.
- Når du registrerer deg, kan du velge det laget du vil gå for. Tilhører du ikke til noe lag, blir du automatisk med på Kreftforeningens lag.
- Etter 14 dager slettes alle opplysninger om deg og dine passeringer.

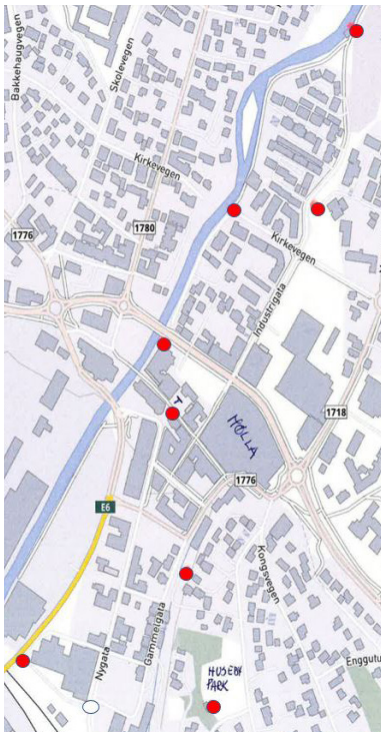
Slik melder du på et lag

- Ønsker du å melde på et lag må dette gjøres på forhånd via stafettforlivet.no
- Du trenger ikke registrere lagdeltakere i påmeldingen. De registrerer seg på laget første gang de skanner QR-kodene ved rutene.
- Påmeldingsfrist for lag er 25. mai.

På nettsiden for QR-kodene kan du blant annet følge med på

- Hvor mange som går for ditt lag, og hvor mange kilometer dere har gått.
- Antall deltakere totalt på stafetten.
- Hvor mange kilometer vi har gått i fellesskap.

* Oversikt over andre som går samtidig med deg.



RUTE 1 BRUMUNDAL

Start: Torget i Brumunddal sentrum

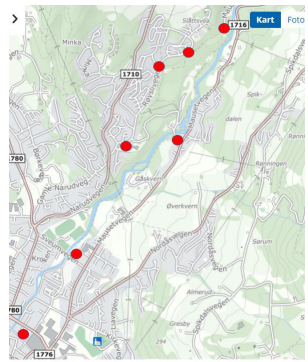
Lengde: 3-7 km

By vandring: 3km

- Start ved Torget
- Gamlegata – «Kvennveita park»
- Husebyparken
- Jernbanestasjonen – veien mot undergang v/«klikeulene»
- Elva kan da følges enten opp til sentrum og Torget igjen eller ned til Mjøsparken

Terreng: Gang og sykkelveg. Vekslende gangvei og sti.

Attraksjon: Sørover en fin byvandring, nordover en flott natur løype med variert terreng langs Brumunda.



Natur vandring: 7km

- Stampen bru/Elvegata
- Ved elvebredden v/Skogsverktøy
- Treningsapparatene i Industrigata
- Sveum bru – begynnelsen på «elvestien»
- Fossum bru
- Vannverket
- Øvre Fossumfeltet
- Røysliven
- Hempa skole
- Kan da gå ned igjen til Brumunda/Fossum bru



RUTE 2A: MJØSPARKEN

Start: Båttforeningen ved Sukkertoppen / nord for Wood hotell.

Lengde: 1 km.

Steder: 5 posisjoner rundt i parken, egnet for barnevogn, 3 hjulsykel, rullator mm.

Terreng: Asfaltert gangvei.

Attraksjon: Flott utsikt over Mjøsa og flott park.



RUTE 2B: MJØSTRANDA TIL LANGODDEN

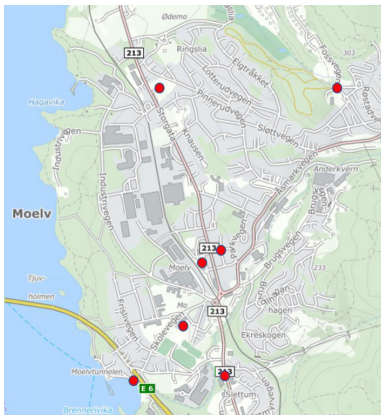
Start: Båttforeningen ved Sukkertoppen / nord for Wood hotell.

Lengde: 7 km.

Steder:

- Start ved båttforeningens hus Mjøsparken.
- Undergang E6 Wood Hotell/Mjøsbadet.
- Parkeringsplass Hverven.
- Brygge nedenfor Strandvegen panorama.
- Kryss Strandvegen/ned til Fiskerly.
- Fiskerly – Fiskeforeningens hytte.
- Langodden - Følg strandkantene videre til ytterst på Langodden (Endeposisjon, snu og tilbake samme vei).

Attraksjon: Flott utsikt langs Mjøstranda sydover til Langodden.



RUTE 3: MOELV

Start: Moelv Kulturhus, Skolevegen 13.

Lengde: 8,6km.

Steder:

- Kulturhuset.
- Skibladner brygga (Sprit bua).
- YX bensinstasjon.
- Moelven Jernbanestasjon.
- Herredshuset / Biblioteket.
- Fossåkeren (Elektrikeren Ringsaker).
- Kilde skole.

Terreng: Asfaltert gangvei / vei

Attraksjon: Flott utsikt over Mjøsa og fin tur gjennom byen.



RUTE 4: LISMARKA

Start: Lismarka Samvirklag og kulturhus

Lengde: Velg: Kort – middles og lang løype

Steder:

Kort løype: (Asfalt)

- Fra Samvirklaget til Hagatun
- Gjennom byggefeltet og tilbake.

Middels lang løype: Asfalt, traktorveg, grusveg

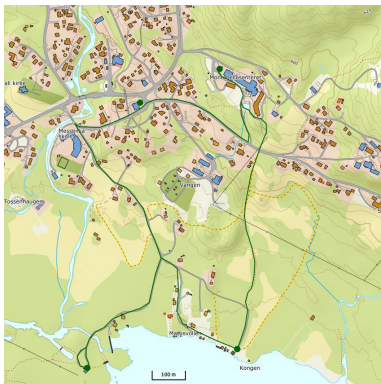
- Nordlia
- Midtlia
- Sørli
- Ned til Lismarkvegen.
- Retur til Samvirklaget

Lang løype: Asfalt, Sti, traktorveg, grusveg

- Nordlia
- Midtlia
- Gamle hoppbakken
- Persvea
- Lismarkvegen ved Lundvoll
- Retur til Samvirklaget

Terreng: Asfaltert gangvei / vei

Attraksjon: Flott utsikt over Lismarka



RUTE 5A: MESNALI-MONTEBELLO

Start: Parkeringsplass Montebellosenteret i Mesnali.

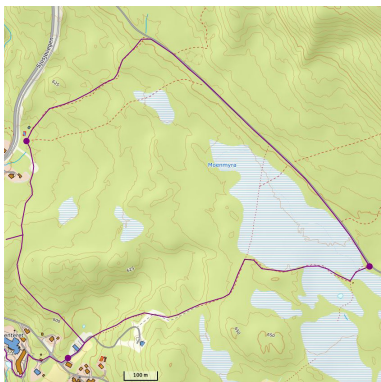
Lengde: 3,5 km.

Steder:

- Montebello brygga ved Sør Mesna vannet.
- Ved Eidsiva pumpehuset.
- Topp til Tå huset.

Terreng: Grusvei / sti / vei.

Attraksjon: Flott utsikt over Sør-Mesna vannet.



RUTE 5B: MESNALI-MONTEBELLO

Start: Parkeringsplass Montebellosenteret i Mesnali.

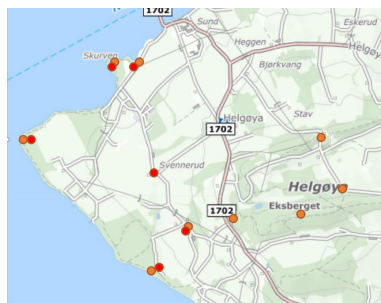
Lengde: 4 km.

Steder:

- Ved Løkka Kurstedvegen 40.
- Ved Langmyra på Tverrbekkvegen.
- Ved Lasteplassen for tømmer langs sjusjøvegen.

Terreng: Sti.

Attraksjon: Flott utsikt over hele Mesnalia.



RUTE 6: HELGØYA: KORT OG LANG LØYPE

Start: Parkeringsplass ved skurven

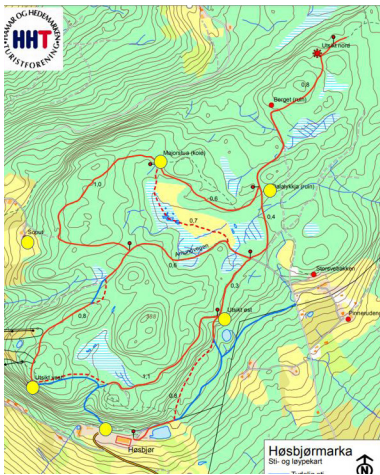
Lengde: 4 km for kort løype
8 km for lang løype

Steder:

- Hornet på Skurven
 - Ved neset ved Horn
 - Ved sti opp til Trosterud
- Kort løype går tilbake til Skurven.
Lang løype går videre til Eksberget
- Ved sti fra Helgøyvegen til Masta på Eksberget.
 - Ved radiomasten på Eksberget.
 - Evenrudvegen retning mot Skurven
 - Retur Skurven

Terreng: Asfaltert veg / grusvei / Sti

Attraksjon: Flott utsikt over Helgøya mot Hamar, Stange, Toten, Gjøvik og Tingnes / Nes.



RUTE 7: HØSBJØRMARKA

Start: Furnes ved parkering før Hotel Norge Høsbjør

Lengde: 7km

Steder:

- Utsikt vest
- Ved Soput
- Majorstua
- Dalalykkja
- Utsikt Øst
- Retur til Hotel Norge Høsbjør

Terreng: Skog/stier

Attraksjon: Flott utsikt i alle himmelretninger



RUTE 8: JESSNES - HAMAR

Start: Fagervik Lekeplass, Jessnestranda, Furnes

Lengde: Lengde 6km hver vei, 12km totalt.

Steder:

- Jessnes ved Fagervik lekeplass
- Hamar vannverk
- Domkirkeodden ved klokketårnet på Hamar dom

Terreng: Gang og sykkelveg

Attraksjon: Flott utsikt langs Mjøsa og helt inn i Hamar Domkirkeodden park er en attraksjon i seg selv.

Mulighet for å se seg om i Hamar også om man er ekstra sprek.

Ruten egner seg like godt fra Hamar til Jessnes som andre veien.

Når du passerer Hamar vannverk kommer du til en undergang. Ikke gå gjennom undergangen. Du har nå to valg. Enten å følge stien langs Mjøsa, stien er litt ujevn, eller du kan også velge å gå Strandvegen rett frem og når du kommer til det gamle Jernbanemuseet går du inn på Domkirkeodden. Herfra møtes stiene og følger Pilgrimsleden til Hamar Domen.

**Støtt Kreftforeningen på VIPPS:
500490 «Stafett for livet Ringsaker»**

Kontaktinformasjon:

Haakon Wiig, telefon 976 96 314 eller haakon@wiig.no eller
Linda Sørli Petersen: linda.sorlie.petersen@kreftforeningen.no
eller telefon 472 62 454.

Les mer om Kreftforeningens Stafett for livet:
www.stafettforlivet.no