TURTIPS FOR RESTART-DELTAKERNE I SOMMERFERIEN   
1. juli – 24. august

Vi som er frivillige i turlaget har sommerferie i denne perioden, men vi oppfordrer dere til å fortsette det gode arbeidet dere har begynt. Sjekk våre turtips og gå turer på egen hånd, eller få med dere noen av de andre og gå sammen. Vi sees igjen i uke 35!

Merk også at Seniorgruppa og Vandrergruppa i Troms Turlag arrangerer fine medlemsturer.

Lette, enkle turer i flatt terreng:  
**GÅTUR RUNDT PRESTVANNET**  
Lengde 1,8 km, Tidsbruk 30-60 min, Stigning 28 m  
Start ved busstopp Prestvannet (buss 40, 28) vis à vis Bymyra barnehage.  
Følg sti rundt vannet tilbake til utgangspunktet.

**FRA SENTRUM TIL TELEGRAFBUKA**  
Lenge 6,5 km, Tidsbruk 90 min, Stigning 99 m  
Start ved turlagskontoret Kirkegt. 2, følg vannkanten så langt det er mulig sørover mot Telegrafbukta, det siste stykket på fine turstier langs sjøen.  
Retur via Tromsø Museum og Engenveien (nedenfor Mellomveien) tilbake til sentrum.

**RUNDTUR I BOTANISK HAGE**  
Lengde og tidsbruk etter eget ønske. Stigning 30 m.  
Start ved busstopp Breivika (buss 42), følg inngangen til hagen, også P-plass der.  
Start nede ved parkeringsplassen, gå runder i hagen, se hvordan det blomstrer, sitt ned og nyt sola, hvis den titter fram, fortsett gjennom skogen, studér de ulike steinartene og avslutt oppe ved Planetariet (Buss 20, 33, 34)

Middels lange, litt mer krevende turer:  
**TOPPTUR TIL ØRNFLØYA VED SOMMARØY**  
Lengde 3.2 km, Tidsbruk 60 min, Stigning 255 m  
Bil fra Tromsø mot Sommarøy. Ta til venstre mot Brensholmen der veien deler seg. Parker ca. 300m etter veiskillet. God sti til topper med fin utsikt. Fint å raste her.  
Retur samme vei eller fortsett stien mot vest og kom ned på bilveien mot Sommarøy.  
(OBS! trafikk).

**TUR TIL TØNSNESVARDEN (LINKEN I MOVIKA)**  
Lengde 6 km Tidsbruk 3-4 timer, Stigning 281 m  
Buss 450 til Movik snuplass. Liten parkeringsplass samme sted.  
Følg Linkveien, opp til høyre etter 100 m langs riksveien. Grusvei helt opp, jevn stigning med noen flate partier. Samme vei tilbake. Fin utsikt og gode steder å slå seg ned på toppen.

**TUR TIL BAKVATNET, TØNSNES**Lengde 5 km, tidsbruk 4 timer, stigning 177 m.  
Buss 450 fra Prostneset til Sør-Vågnes snuplass. Parkeringsplass opp til høyre fra RV 864.  
Følg grusvei oppover forbi BUL-hytt. Veien oppover går senere over i god sti og det siste stykket er det en kort stigning opp mot vannet. Ha med badetøy og ta det bad, da vel!

Lengre, mer krevende turer:

**BROSMETIND 525 moh**Lengde 4,5 km, tidsbruk 4 timer, stigning 265 m. Bil til Kvaløya og over til Tromvik på yttersida. Ta til venstre mot Rekvik. Parkeringsplass ved Gløshaugen, før nedkjøring til Rekvik. Ca. 1 times kjøring fra sentrum. Du finner delvis sti på høyre side av veien i lettgått fjellterreng. Toppen er godt synlig fra starten av, følg ryggen i nordlig retning. Stien går ganske nær kanten, så bruk gjerne staver hvis du føler deg ustø. Flott, vidstrakt utsikt fra toppen.

**SHERPATRAPPEN TIL FLØYA 420 moh**Lengde 1203 trappetrinn, tidsbruk 3-4 timer, stigning 333m.  
Buss 26 til Fjellheisen eller bil til parkeringsplassen samme sted. Veien til trappens startpunkt oppe i Gausdalsveien er skiltet fra Fjellheisen. Enkel tur, men får testet pulsen skikkelig! Vannflaske i sekken anbefales! Sjekk framdriften i byggeprosjektet på toppen og ta gjerne en rusletur litt innover fjellet hvis været er bra.

**MELLAFJELLET 399 moh**Lengde 7,6 km, tidsbruk 4 timer, stigning 300 m.  
Buss 40 eller 42 til Kvaløysletta ungdomsskole. Sti opp Slettabakken. Opp mot venstre i Svarthammardalen på grusvei/anleggsvei langs Sørelva til Nedrevatnet. Derfra på sti til høyre mot toppen.

VÆR LUR, GÅ EN TUR!