



1) Myrdalen Hotel – Leinevegen

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Følg stien oppover i 1,1 kilometer til stiskiljet. Ta til venstre og gå bortover i lett terrell i 1,5 km. Fin utsikt over Myrdalsvatnet og fjella rundt frå utsiktpunktet.

Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. From Helgatun follow the single track uphill for 1,1 kilometres until you reach a fork on the track. Turn left and walk the easier track for 1,5 kilometres. Nice view over the Myrdalsvatnet lake and the surrounding mountains by the viewpoint.



2) Myrdalen Hotel – Vetlebotn

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Følg stien oppover i 1,1 kilometer til stiskiljet. Ta til høgre og gå 300 meter oppover til Vetlebotn og starten av Kari Traa-trekket.

Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. From Helgatun follow the single track uphill for 1,1 kilometres until you reach a fork on the track. Turn right and after 300 metres you reach the Vetlebotn summer farms and the bottom station of the Kari Traa lift.



3) Myrdalen Hotel – Finnbutunten

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Følg stien oppover i 1,1 kilometer til stiskiljet. Ta til høgre og gå 300 meter oppover til Vetlebotn og starten av Kari Traa-trekket, skitrekket som går mot nord. Følg trekket oppover. Frå toppstasjonen til Finnbutunten er det ikkje nokon sti, men følg ryggen oppover ca 1 km. Vel oppe på toppen har ein i klårværsdagar flott utsikt til kjende isbrear som Hardangerjøkulen, Jostedalsbreen og Folgefonna.

Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. From Helgatun follow the single track uphill for 1,1 kilometres until you reach a fork on the track. Turn right and walk 300 metres to the bottom station of the Kari Traa lift, the lift pointing north. Continue uphill along the lift. Please note – there is no established track from the top station of the lift to the summit, approximately 1 km. On a clear day you can enjoy magnificent views of glaciers such as Hardangerjøkulen, Jostedalsbreen and Folgefonna.



4) Myrdalen Hotel – Myrdalsekspressen

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Følg stien oppover i 1,1 kilometer til stiskiljet. Ta til høgre og gå 300 meter oppover til Vetlebotn og starten av Kari Traa – trekket. Gå opp grusvegen i 1,4 kilometer til toppen av Myrdalsekspressen. Nydeleg utsikt over Myrdalsvatnet og fjella rundt frå toppen

Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. From Helgatun follow the single

track uphill for 1,1 kilometres until you reach a fork on the track. Turn right and walk 300 metres to the bottom station of the Kari Traa lift. Walk up the gravel road for 1,4 kilometres to Myrdalsekspressen. Beautiful view over the Myrdalsvatnet lake and the surrounding mountains.

5) Myrdalen Hotel – Mørkvestølen

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Følg stien oppover i 1,1 kilometer til stiskiljet. Ta til høgre og gå 300 meter oppover til Vetlebotn og starten av Kari Traa – trekket. Gå opp grusvegen i 2,2 kilometer. Ta til høgre 50 meter før du når toppstasjonen på Storaugekspressen. Gå ved siden av eit lite tjørn før du dreier til venstre. Kryss begge elveleiene og følg sauetrakket/stien på høgre side av elva ned til Mørkvestølen.

Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. From Helgatun follow the single track uphill for 1,1 kilometres until you reach a fork on the track. Turn right and walk 300 metres to the bottom of the Kari Traa lift. Walk up the gravel road for 2,2 kilometres and 50 metres before you reach the top station of Storaugekspressen, turn right. Walk next to a tarn before you start veering left. Cross both creeks and follow the sheep tracks on river right down to Mørkvestølen.

6) Myrdalen Hotel – Svortetjødn

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Følg stien oppover i 1,1 kilometer til stiskiljet. Ta til høgre og gå 300 meter oppover til Vetlebotn og starten av Kari Traa – trekket. Gå opp grusvegen i 2,2 kilometer. Ta til høgre 50 meter før du når toppstasjonen på Storaugekspressen. Gå ved siden av eit lite tjørn før du dreier til venstre. Kryss begge elveleiene og følg sauetrakket/stien på høgre side av elva ned til Mørkvestølen. Frå stolen går du nordvest opp dalen. Etter ca 1,2 km flatar det litt ut. Drei mot venstre og inn til Svortetjødn.

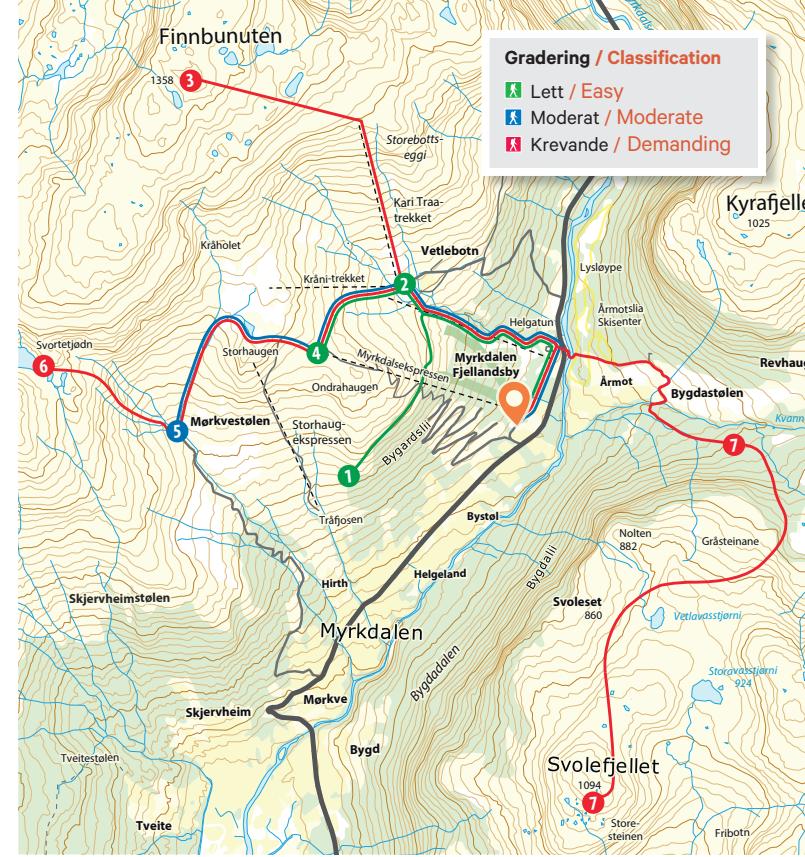
Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. From Helgatun follow the single track uphill for 1,1 kilometres until you reach a fork on the track. Turn right and walk 300 metres to the bottom of the Kari Traa lift. Walk up the gravel road for 2,2 kilometres and 50 metres before you reach the top station of Storaugekspressen, turn right. Walk next to a tarn before you start veering left. Cross both creeks and follow the sheep tracks on river right down to Mørkvestølen. From Mørkvestølen walk northwest up the valley. After approximately 1,2 km the terrain eases off. Veer left and walk to tarn Svortetjødn.



7) Myrdalen Hotel – Bygda-stølen – Svoleset – Svolefjell

Gå forbi Myrdalsstovo og følg grusveg 600 meter til Helgatun. Kryss RV 13, gå grusvegen ned til bruva over elva og følg ny merka sti til Bygdastølen. Gå over bruva og følg blåmerka sti 4 km til stølen Svoleset. Fortset 2 km til toppen av Svolefjell med praktfullt utsyn.

Walk past Myrdalsstovo and follow the gravel road for 600 metres to Helgatun. Cross the main road, RV 13, and walk the gravel road to the bridge across the river. Follow the new track for 1 km to Bygdastølen. Cross the bridge and follow the blue marked trail for 4 km to the mountain farm Svoleset. Continue on for 2 km to the summit of Svolefjell with spectacular views of Myrdalen, Myrdalen Mountain Resort and the surrounding farms.



Allemannsretten

- Ta omsyn til utmarksnæringane
- Lukk igjen grinder etter deg
- Vis omsyn for andre brukarar av utmarka
- Ikke forstyr dyr og fuglar
- Alt vilt er freda med unntak av lovleg jakt
- Det er bandtvang frå 1. april og så lenge husdyra beitar
- Motorferdsel er forbode utan særskilt løyve
- Fri ferdsel skal ikkje vera til skade eller ulempa for andre, eller for plante- og dyreliv
- Vis omsyn til naturen
- Det er forbode å kasta søppel i naturen
- Alle må retta seg etter krava frå oppsynsmannen i området

Viktig informasjon om beitedyr

- Er det mindre enn 48 timer sidan du kom til Noreg, skal du ikkje ha

direkte kontakt med beitedyr
grunna smittefare

- Ikke oppsøk eller mat beitedyr

Public access to the countryside

- Show consideration for wilderness industries
- Always close all gates behind you
- Show consideration for other users of uncultivated land
- Do not disturb animals and birds
- All game is protected except for legal hunting
- Dogs must be kept on a leash from 1 April and as long as farm animals are grazing
- Motor traffic is not permitted without special permission
- The right of free access and passage must not cause any damage or inconvenience to other users, the environment or wildlife
- Show consideration for nature
- Littering in nature is not permitted

Important information regarding livestock

- If it is less than 48 hours since you arrived in Norway, please do not have direct contact with livestock due to danger of contamination
- Please do not seek contact with or feed the animals

Nødnummer/ Emergency numbers:

Ambulanse/Ambulance	113
Brann/Fire	110
Politi/Police	112