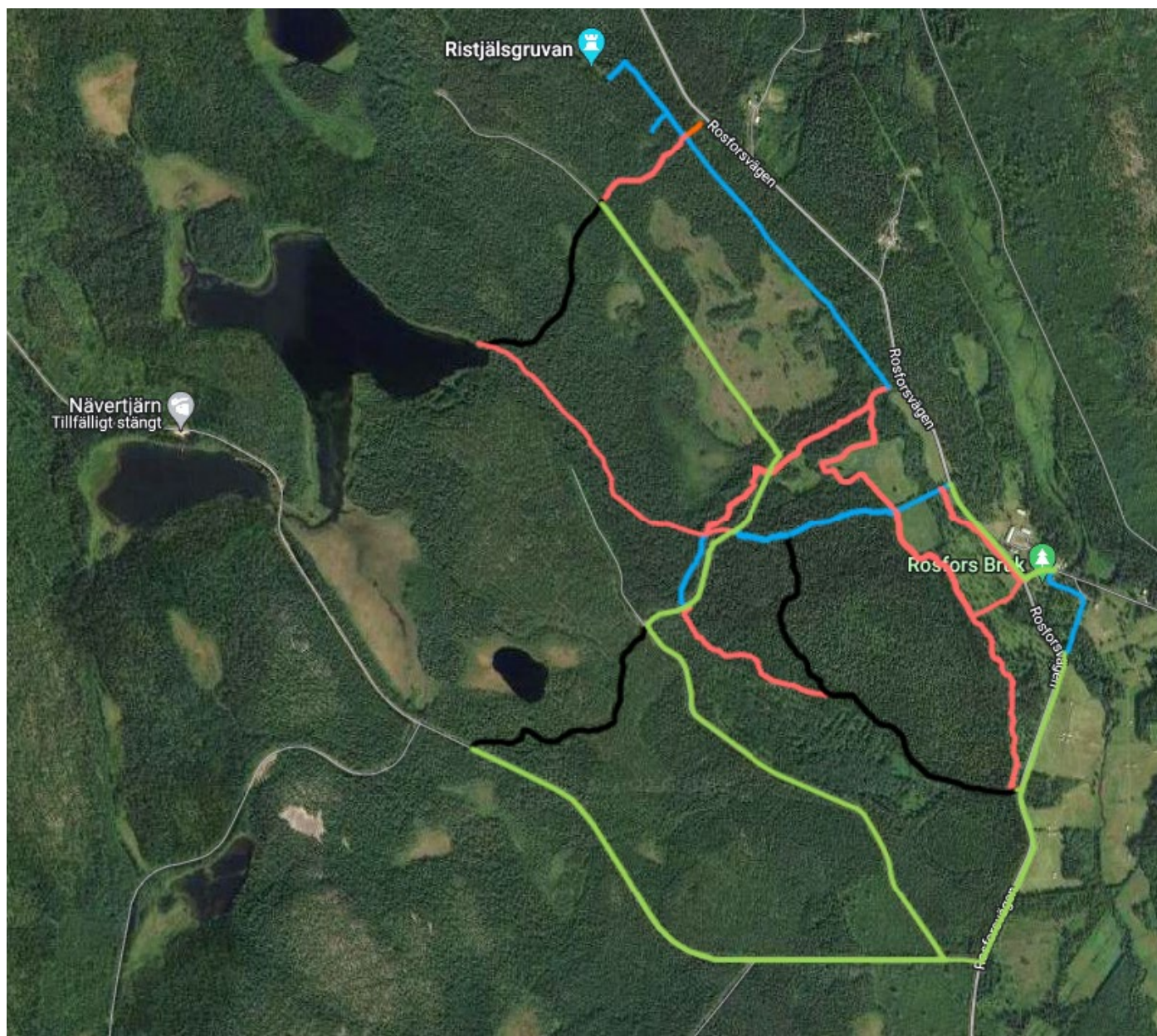


Rosfors cykeltur 7: Rosfors MTB-rundslingar

Rosfors ekopark erbjuder fina stigar för mer eller mindre utmanande MTB-cykling.

Inom ekoparken finns förutom fina skogsbilvägar markerade med **GRÖNT**, enkla breda stigar med svårighetsgrad **BLÅ** som lämpar sig bra för nybörjaren som vill testa MTB-stigcykling. Dessa har inga utmanande hinder men kan ha korta spångar. Stigar med gradering **RÖD** kräver lite mer av dig som cyklist och du får bara beredd att kliva av och leda eller bära cykeln kortare sträckor. Stigar markerade med svårighetsgrad **SVART** kräver både erfarenhet och tålamod då de har stora stenar och rötter att ta dig över och runt, samt kräver inblanda lite längre sträckor att bära cykeln och kan ha längre partier med smala spångar. Med hjälp av kartan kan du kombinera ihop dina egna rutter som passar din erfarenhet och den utmaning du vill ha.



Rosfors cykeltur 7: Rosfors MTB-rundslingsor

Graderingsskala för stigar i Rosfors Ekopark.

Svårighet:	Mycket lätt	Lätt	Medelsvår	Svår
Färg:				
Nivå:	1	1	2	3
Beskrivning:	Grusväg, skogsbilväg- eller bred 4-hjulsstig med bra underlag. Lättcyklat för familjeutflykter och gravel-cykling	Bred stig (smalare än 4-hjulingstig), inga utmanande hinder eller större lutningar. Lämplig för lättare MTB-cykling	(Röd) smalare stig, hinder i form av mindre stenar, rötter och blöthål, smala spångar. Kortare sträckor med lutning. Utmanande MTB cykling	smal stig med större hinder, långa sträckor med spångar, branta klättringar, längre passager med cukelbäring. Ej lämplig för nybörjare
Typ:	Grusväg	Jämn stig	Ojämn stig	utmanande stig
Underlag:	Jämt och fast underlag, grus	Jämt och fast underlag, lite lera eller löst grus	Ojämnt och mjukt underlag. Stenig, rötter, lera. Kort bärande av cykeln	Löst eller halt underlag i kombination med branta partier, svårt stenig och rötter. Längre bärande av cykeln
Kupering Lutning:	Genomgående flack terräng, <12% lutning	Genomgående flack terräng, <12% lutning	Nivåskillnader, <30% lutning	Branta partier, >30% lutning
Bredd:	Bilväg	>60 cm	30-60 cm	<30 cm
Konstruerade hinder:	Hinder saknas	Hinder saknas	Passage över t ex lägre stabila strättor eller kort trappor	Passage över t ex höga instabila strättor eller långa trappor
Naturliga hinder:	Hinder saknas	Hinder saknas, få mindre sten och rötter	Mindre hinder i form av t ex stenar och rötter	Regelbundet med steniga partier och/eller större hinder som måste klivas över, t ex stenblock eller stockar
Vattenhinder:	Broar över vattendrag, Små pölar efter regn	Broar över vattendrag, Mindre pölar efter regn	Varaktiga pölar, mindre myrmarker med kortare spångar	Längre partier över våtmark med djuphål, längre spånger
Berggrund:	Berghällar saknas	Berghällar saknas	Platta mindre hälar	Branta, lutande hällar
Utmaning:	Enkel cykling	Ej utmanande cykling	Utmanande cykling	Mycket utmanande cykling