

Rekommenderade riktlinjer för funktionell skidåkning.

- Sit-Ski and Bi-Ski.

Undvik backarna:

3. Hjallerbacken, 6. Tottenbacken, 9. Kulebacken. 30. Superbacken, 42. Berg og dalbacken.
Undvik branta och kraftigt uppååta backar

48. Rådyrbacken: Korsar transportvåg.

49. Centrumbacken. Nedre delen av backen har inte transport tillbaka till liftsystemet.
Ta pist 49 och sedan pist 52. Sedan Fyribacken för att ta sig ned till R. Totteskogliften.

Lift-information:

Lift E. Hollvin – Om utrustningen är bredare än 52 cm, använd singelkån för komma till liften.

Liftar som inte får användas:

J. Skarsnuten.

D. Parallellift. Endast öppen för alpina grupper

Jag har läst och förstått riktlinjerna för funktionell skidåkning.

Jag tar eget ansvar och följer FIS-reglerna bestämda för skidåkare och snowboardåkare.

All åkning utanför markerade, säkrade och pistade pister sker på egen risk.

<https://alpinogfjell.no/alpinvettreglene>

<https://www.skistar.com/sv/inspiration/sno-och-pistning/ak-sakert-i-backen/>

<https://www.skistar.com/sv/inspiration/sno-och-pistning/skidbacken-efter-stangning/>