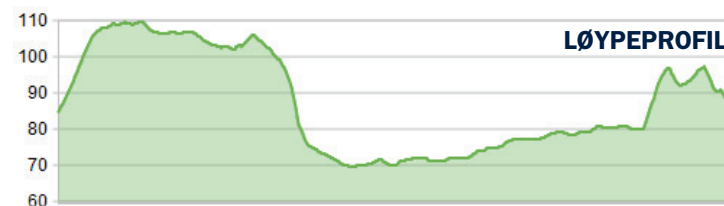


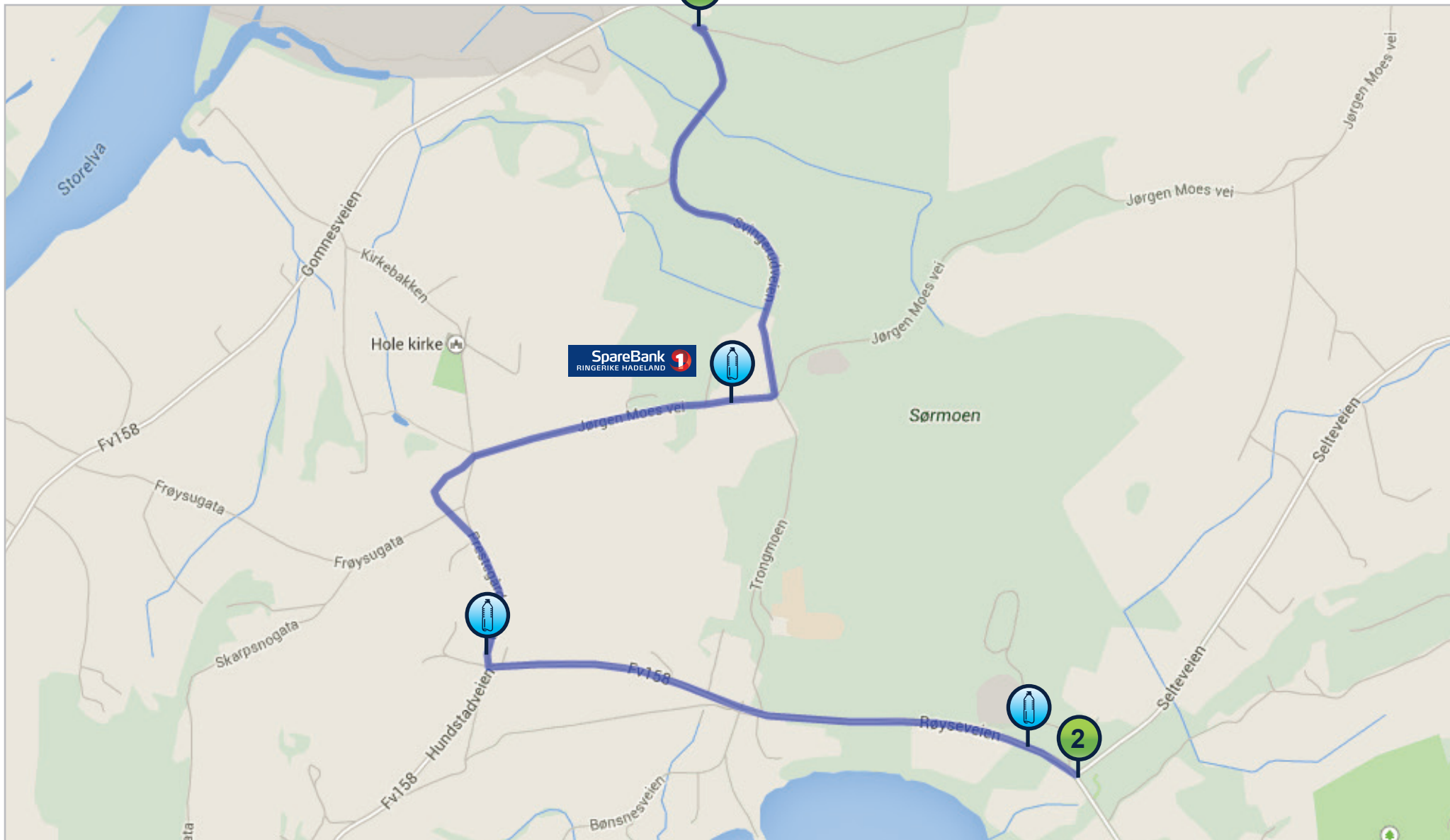
ETAPPE 1

LENGDE: 5,3 KM

Starten går ved herredshuset på Vik. De første 300 meterne går det oppover, inntil man når Vikshøgda. Her er det viktig å være godt oppvarmet, slik at man unngår "melkesyresjokk" i starten. Resten av etappen er mer overkommelig; først går det ned igjen fra Steinsåsen, så venter en lang, flat strekning ut på Steinssletta og Selteveien. Veksling ved Kjellerberget.

● DRIKKESTASJON



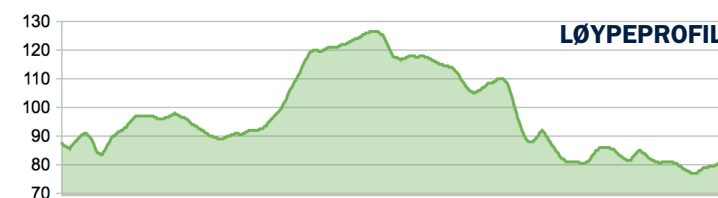


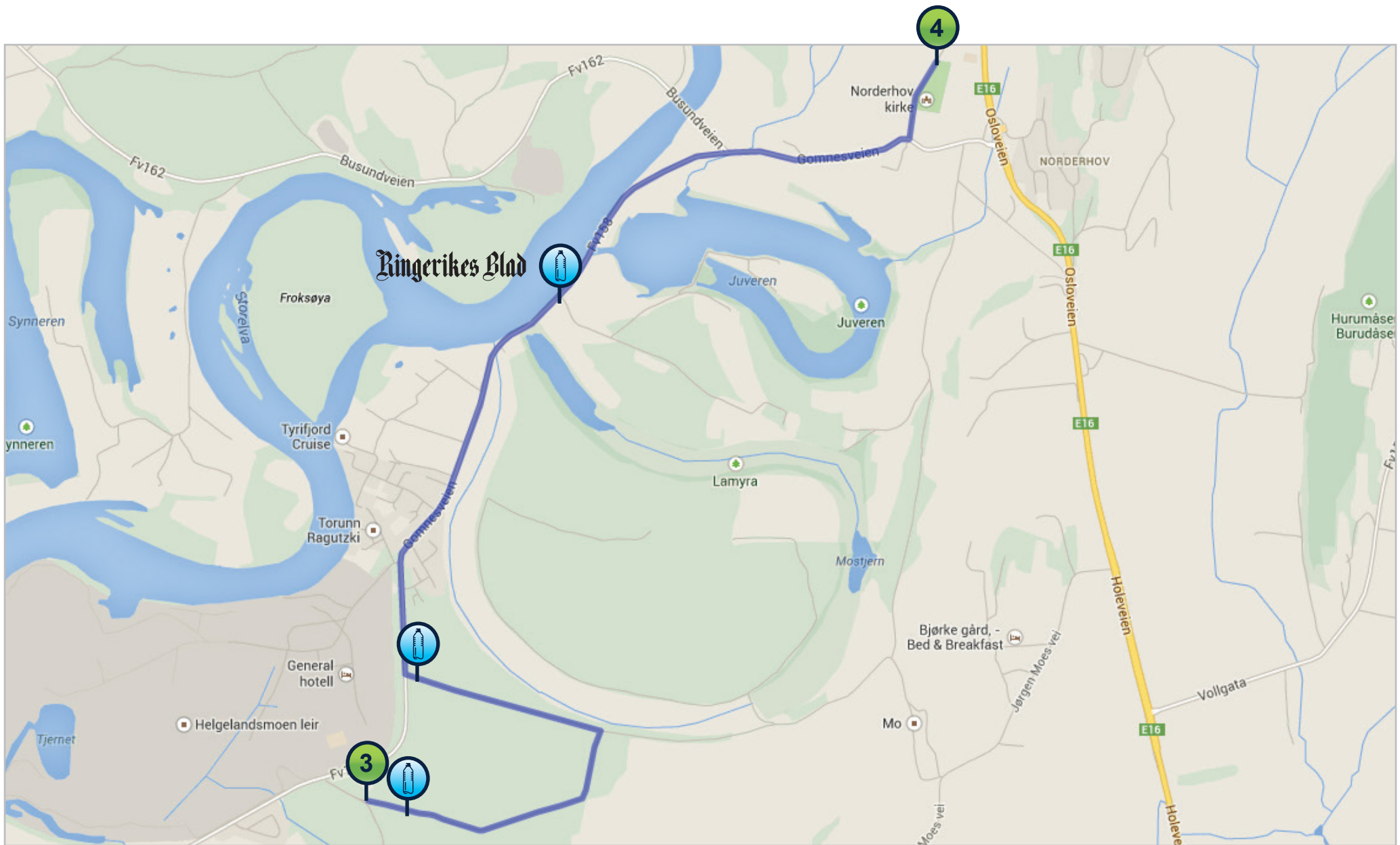
ETAPPE 2

LENGDE: 5,3 KM

Ny trasé. Ved Kjellerberget er det veksling. Herfra følger etappen gangvei langs Røyseveien. Opp til Moskummen og Røyse Skole må man forsere en hard bakke og løypa følger gangveien videre forbi Røyse Skole før den svinger inn Jørgen Moesvei. I Svingrudkrysset følger man ny trasè ned Beredskapsveien mot Helgelandsmoen. Ny veksling i 2014 blir nederst i Beredskapsveien.

 DRIKKESTASJON

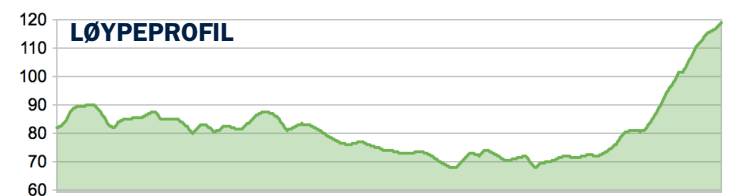


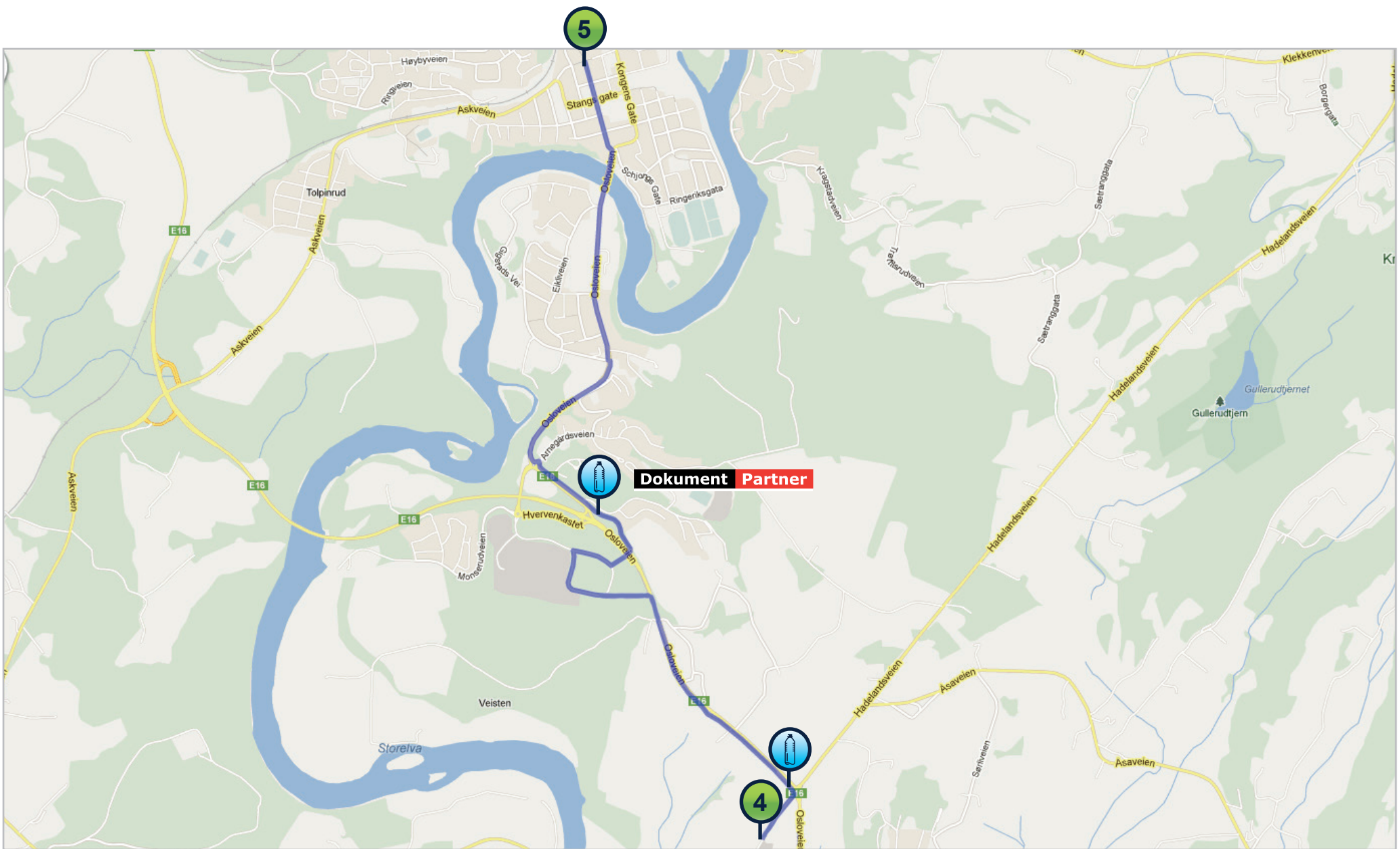


ETAPPE 3 LENGDE: 5,4 KM

Ny trasé. Veksling skjer ved starten av Unibind løypa. Fra der løper man en runde på de gamle militærveiene i Müller-løypa og svinger så ut på gangveien som følger langs Gornnesveien helt frem til Kirkebakken ved Norderhov Kirke. Der krysser man veien og løper de siste meterne opp til Kirkeskolen og veksling.

 DRIKKESTASJON

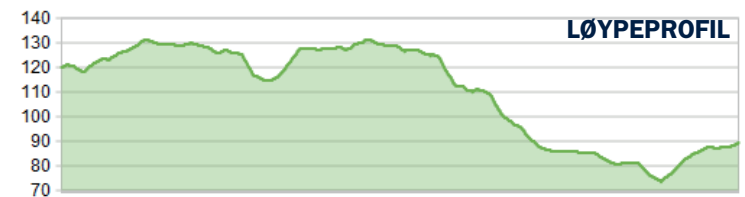


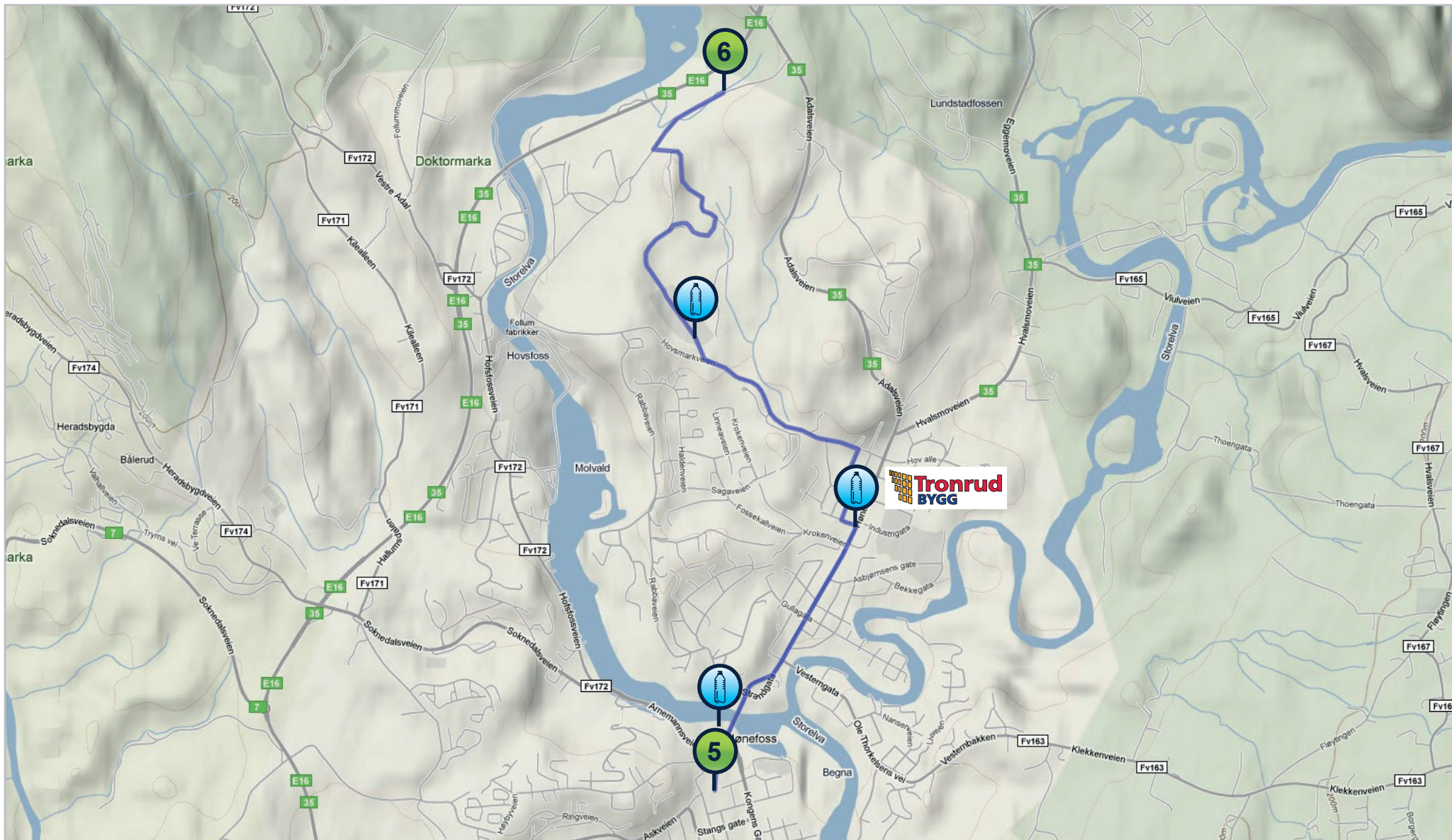


ETAPPE 4 LENGDE: 5,0 KM

Fra veksling på Kirkeskolen løper man rett fram og ut på gangveien langs E16 og inn mot Hønefoss. Man tar en liten avstikker gjennom skogen og inn en runde på Hvervenkastet. Og derfra er det bare å la beina gå og komme seg inn til Hønefoss hvor det er veksling midt i sentrum. Løypa går hele veien på flat asfalt.

 DRIKKESTASJON

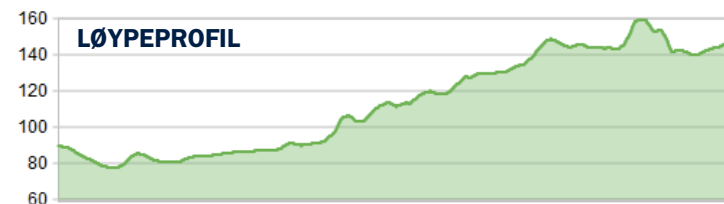


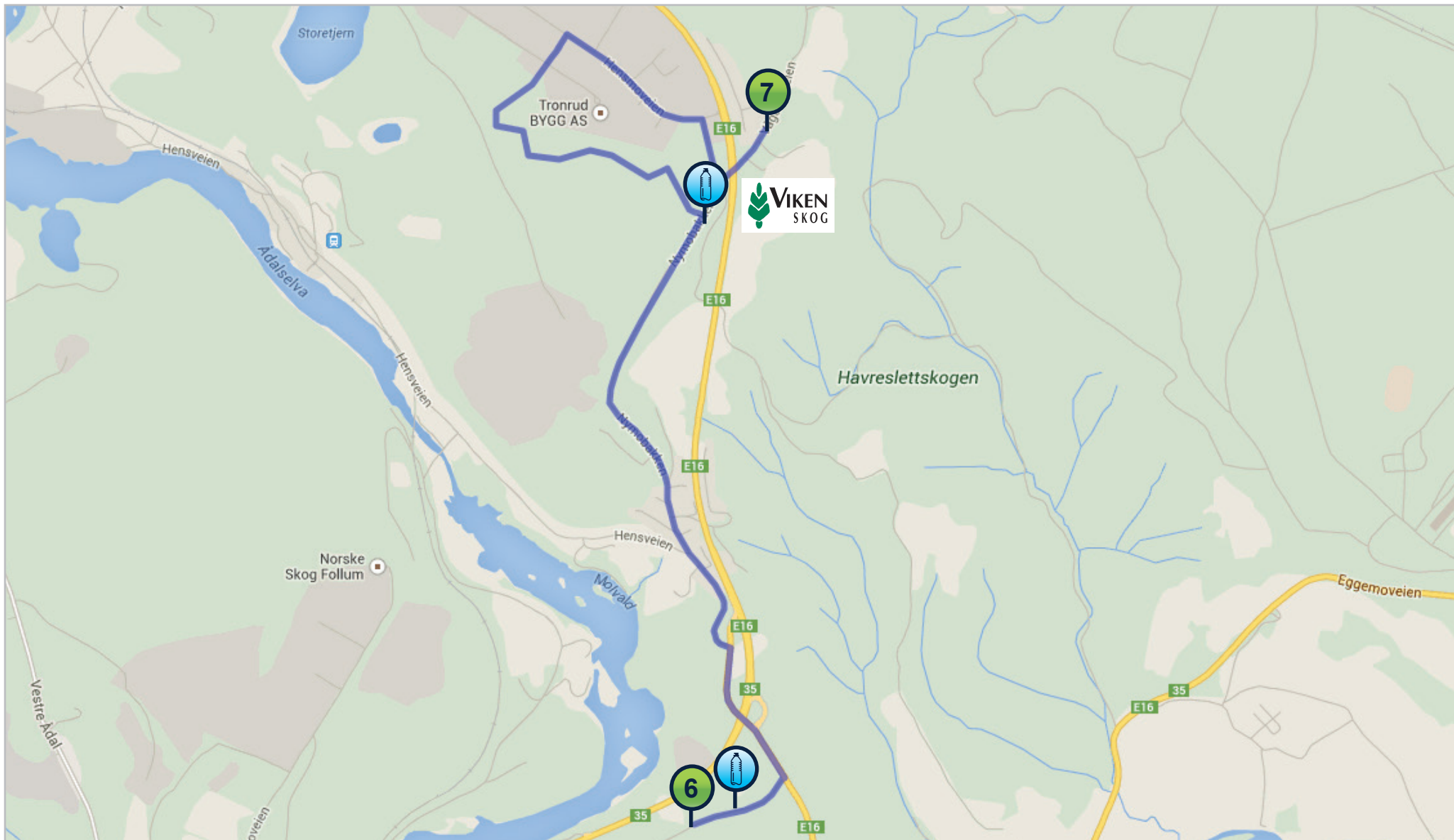


ETAPPE 5 LENGDE: 5,0 KM

Trasèen går som vanlig ut fra Søndre Torg og opp Hønefoss. Løypa går som vanlig inn Flattumsgate, deretter Sigrd Undsetsvei, Dronning Ragnhildsvei og videre ut i Elling Solheimsvai. Etappen fra sentrum er kanskje den tøffeste etappen. Hønefoss er lang med svak stigning, med det er først når man svinger inn i Hovsmarkveien at slitet starter. Her venter lang stigning opp til Ringerikshallen, et flatt parti fram til skiskytteranlegget, før man igjen må forsere noen tøffe kneiker på veien til vekslingen i nærheten av tømmerveka ved Follum.

 DRIKKESTASJON

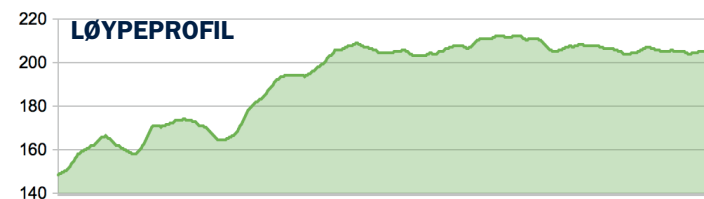


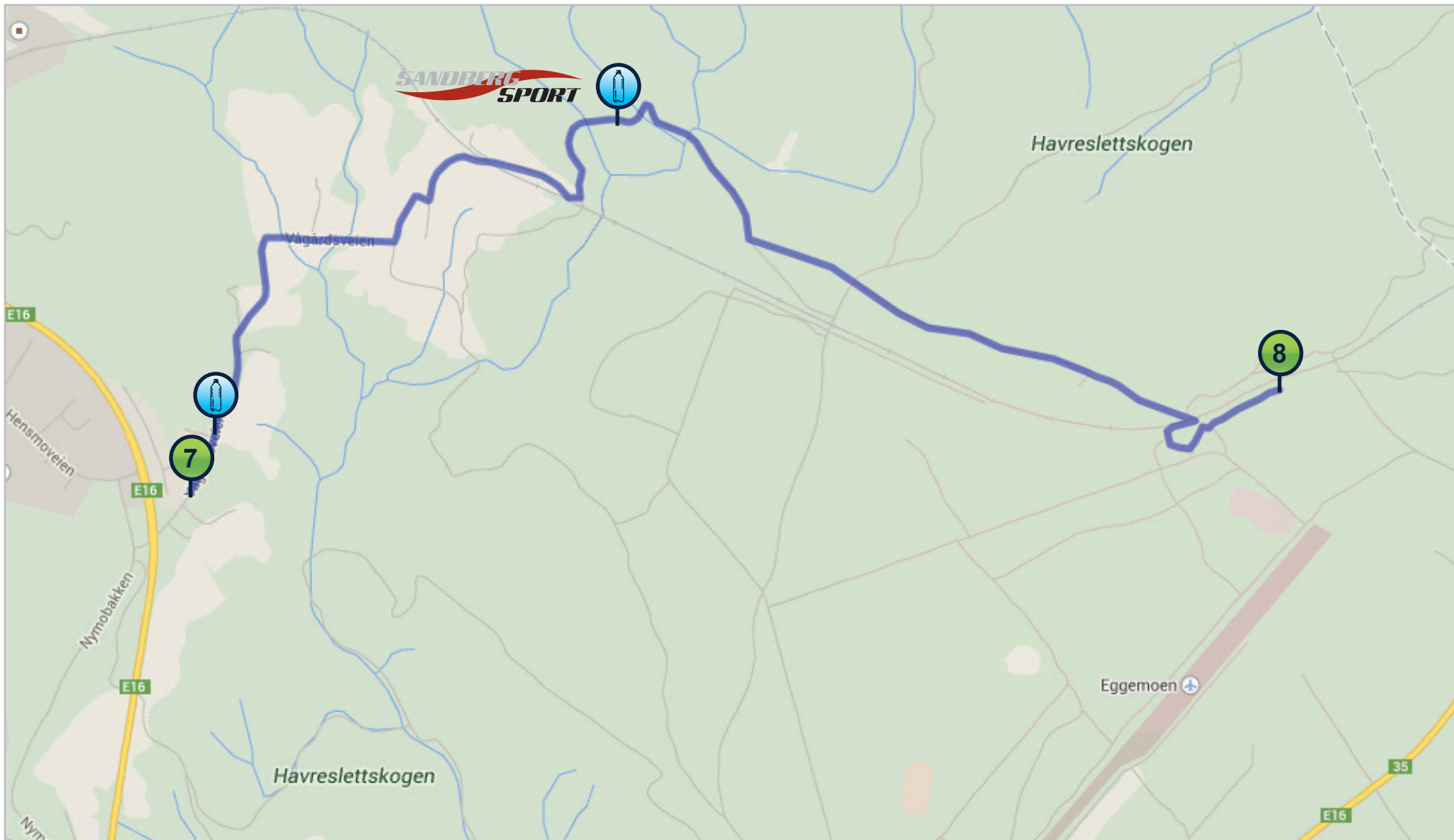


ETAPPE 6 LENGDE: 5,4 KM

Ny trasé. Her venter slake stigninger i den første delen av etappen, før man kommer inn på grusveien og løper videre oppover på Nymoveien. Er det varmt vær, slik det vanligvis er i Ringeriksmaraton, kan det være godt med svalende skygge i skogen på Hensmoen. Så etter man nærmer seg toppen av Nymoveien tar en til venstre og følger en skogsvei/sti ca i 1.2 km. Det bærer ut av skogen igjen innerst på industrifeltet, før man løper flatt den siste biten fram til veksling på Vågård.

 **DRIKKESTASJON**



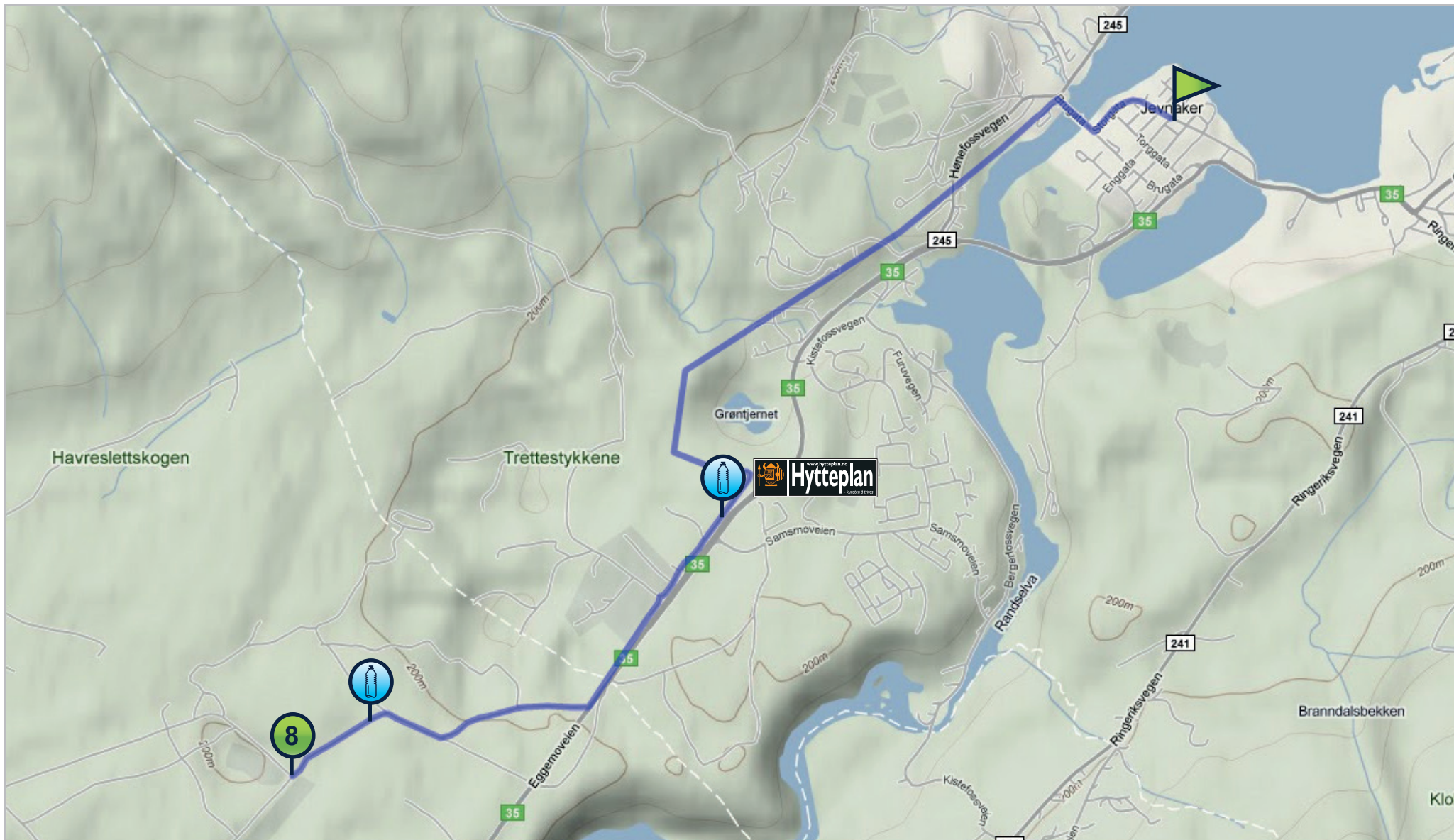


ETAPPE 7 LENGDE: 5,2 KM

Fra veksling på Vågård er løypa den samme som tidligere t.o.m rett etter jernbanelinje på Eggemoen. Etter å ha krysset jernbanelinje, går løype til høyre mot «Pakk-huset» (ved lysløype-trase). Man løper så rundt en liten skogknull mot veksling på Eggemoen.

 DRIKKESTASJON





ETAPPE 8 LENGDE: 5,4 KM

Veksling foregår på rettstrekket av lysløypa, parallelt med jernbanen ca 100 meter før løypa svinger til høyre. Etappen er en overkommelig oppgave for de fleste hvor det fra starten følger lysløypa helt frem til brua hvor lysløypa går til venstre, mens løpstraseen går til høyre. Deretter er det relativt flatt frem til man kommer til Norema. Fra Norema mot Nesbakken går det slakt nedover på gammel jernbanelinje. Når man nærmer seg brua over Randselva, er det kanskje på tide å sette inn det endelige støtet? Mange harde dueller kan avgjøres i den slake stigningen fra brua og opp til mål på Nesbakken, hvor alle deltakerne forhåpentligvis møtes av jublende lagkamerater og store mengder tilskuere.

 **DRIKKESTASJON**

