

## Praktisk informasjon om topptur til Gaustatoppen

### Om turen

Oppmøte nedre stasjon Gaustabanen kl. 05.45 (viktig at alle møter presis) Guide ønsker velkommen, kort brief om ruten før vi starter selve turen kl. 06.00. Vi vandrer oppover fra Gaustabanen og kommer inn på stien til Langefond. Vi følger mer eller mindre merket rute oppover og tilpasser tempoet etter gruppen. Det er jevn stigning oppover brattlia, mye stein som kan gjøre underlaget ulendt og glatt ved regnvær, gode sko/fjellsko er et must. Vi beregner å bruke omtrent 2 timer på turen oppover til Gaustatoppen Turisthytte. Denne turen skal være en fin opplevelse for alle så vi legger inn faste pauser og nyter utsikten på vei mot toppen. Du trenger ikke være i toppform, normal form holder, men vi kommer til å svette litt oppover. Aldergrense for denne turen er 16 år.

Vi spiser nydelig frokost og har godt tid til å nyte både mat, drikke og utsikt hos Gaustatoppen Turisthytte. Det blir god tid til å ta bilder og vandre litt rundt ute på toppen. Gaustabanen frakter alle deltakere ned igjen. Banen er en opplevelser i seg selv så det er bare å glede seg til nedfarten. Vi beregner å være nede igjen mellom kl. 10.00 og kl. 11.00. Det kan forekomme justeringer både i tidsplanen og ruten dersom guiden finner det nødvendig å gjøre endringer basert på hendelser eller uforutsett m.h.t sikkerhet.

### Sikkerhet

Deltakerne må være innforstått med at værforholdene på fjellet kan endre seg raskt og det kan bli endringer i programmet. Tracks of Telemark kan når som helst avbryte turen dersom forholdene tilsier at det ikke er forsvarlig å fortsette. Alle deltakere plikter å forholde seg til avgjørelser som blir tatt m.h.t til sikkerhet. Mer om dette i EGENERKLÆRINGSSKJEMA. Alle deltakere må fylle ut og signere eget egenerklæringsskjema før tur. Dette blir tilsendt i bekreftelsen ved påmelding.

### Hva må du ha med i sekken

Gaustatoppen er 1883 m her kan været skifte i løpet av sekunder selv om vi starter i varme og strålende solskinn. Du må kle deg for fjelltur, **gode sko/fjellsko** og ha med litt ekstra skift i sekken. **Vi anbefaler dette:** Vindjakke, regntøy, fleec, langbukse om du starter i shorts, caps/lue, tynne hansker, buff, ekstra langermet genser ( gjerne ull) evt ekstra t-shirt og et par ekstra sokker. Drikke, solbriller og solkrem er bra å ha i sekken.

### Covid-19

Tracks of Telemark følger regler og restriksjoner fra myndighetene og iverksetter nødvendig tiltak fortløpende. Det samme gjør våre samarbeidspartnere. Det er blant annet god avstand til hverandre, håndhygiene og avstand til andre gjester som ikke er i vår gruppe.