

Norge på langs - på Rulleski - dag for dag:

Dato:	Dist(km):	Akk Dist.:	Effektiv tid:	Total tid:	Snitthast:	Start kl.:	Mål kl:	Startsted:	Målsted:	Kommentar:
22. juni:	72,5	72,5	4,5 timer	8 t	15,9 km/t	Kl. 07.50	15.20	Nordkapp	Repvåg	2 tunneller
23. juni:	92,5	165	5 t	6,5 t *	17,7 km/t	Kl. 08.15	15.00	Repvåg	Skaidi/Ainokaisi"...	2 økter/1 tun.
24. juni:	60	225	3 t 15 min	4,5 t	18	Kl. 10.30	15.30	Aino...	Alta	
25. juni:	104	329	5 t 15 min.	7,5t	18,9	Kl. 09.45	17.15	Alta	Burfjord	
26. juni:	77	406	4 t 15 min.	6,5 t	18	Kl. 16.20	kl. 09.15	Burfjord	Sørkjosen	
27. juni:	95	501	4 t 55 min.	8 t	19,3	Kl. 09.05	Kl. 17.00	Sørkjosen	Nordkjosbotn	Ferje til Lyngen
28. juni:	Hviledag	Løp o-løp - Midnattsolgalloppen								
29.juni:	95	596	5 t 5 min.	7,5 t	18,6 km/t	kl. 1030	Kl. 17.30	Nordkjosbotn	Setermoen	Via Skjold
30. juni:	94	690	5 t 25 min	8 t	17,5 km/t	Kl. 10.15	Kl. 18.15	Setermoen	Narvik	Drittvær.
1. juli:	87	777	4 t 35 min	7 t	18,8 km/t	Kl. 09.30	Kl. 16.30	Narvik	Kjøpsvik	Tunneller!
2. juli:	108	885	5 t 25 min	9 t	19,6 km/t	Kl. 09.00	Kl. 18.00	Kjøpsvik	Fauske	Ferje til Drag Mange tunnel
3. juli:	56	941	2 t 50 min	5 t	19,3 km/t	Kl. 11.15	Kl. 16.15	Fauske	Oppi Saltdalen	Noen tunnel.
4. juli:	40	981	2 t 25 min	3,5 t	16,2 km/t	Kl. 11.00	Kl. 14.30	Oppi Saltdalen	Saltfjellet(Polarsirkelen)	
5. juli:	Hviledag!	Løp en tur: 10 km - 60 min. Skogstier.								
6. juli:	78	1059	3 t 30 min	6,5 t	21,7 km/t	Kl. 10.00	Kl. 16.30	Saltfjellet	Mo i Rana	
7. juli:	88	1147	4 t 10 min	6,5 t	21 km/t	Kl. 10.15	Kl. 17.00	Mo i Rana	Mosjøen	9 km tunnel
8. juli:	89	1236	4 t 20 min.	7 t	20,5 km/t	Kl. 09.30	Kl. 16.30	Mosjøen	Majavatn	
9. juli:	102	1338	5 timer	7,5 t	20,7 km/t	Kl 08.30	Kl. 16.00	Majavatn	Grong	
10.juli:	82	1420	4 t 20 min.	8 t	19 km/t	Kl. 09.15		Grong	Steinkjer	
11. juli:	95	1515	5 timer	10 t	19 km/t	Kl. 08.30	Kl. 18.30	Steinkjer	Stjørdal	
12. juli:	Hviledag	Løp en tur i Bymarka, Trondheim - ca 75 min.								
13. juli:	88	1603	5 t 15 min.	8,5 t	16,8 km/t	Kl. 09.30	Kl. 18.00	Stjørdal	Støren	
14. juli:	112	1715	5 t	7 t*	22,5 km/t	Kl. 10.00	*	Støren	Nesten Tynset.	650-700 høydemeter stigning.
15. juli:	110	1825	5 t	7,5 t	22 km/t	Kl. 09.45	Kl. 17.15	Før Tynset	Koppang	
16. juli:	56	1881	2,5 t	3,5 t	22,8 km/t	Kl. 10.00	Kl. 13.30	Koppang	Rena	
17.juli:	71	1952	3 t 20 min	4 t	21 km/t	Kl. 08.50	Kl. 13.00	Rena	Tangen	
18. juli:	Hviledag.	Løpetur i Hafjell/Sjusjøen.								
19. juli:	88	2040	5 t 5 min.	9 t	17,5 km/t	Kl 10.25	kl. 19.00	Tangen	Jevnaker	
20. juli:	96	2136	5 t 10 min	10 t	18,6 km/t	Kl. 08.55	Kl. 18.30	Jevnaker	Thorrud/Eikeren.	

21. juli:	90	2226 4 t 45 min	6,5 t	19 km/t	Kl. 08.35	Kl. 15.00	Thorrud	Porsgrunn
22. juli:	71	2297 4 t	5,5 t	17,3 km/t	Kl. 08.22	Kl.14.00	Porsgrunn	Risør
23. juli:	84	2381 4,5 timer	6,5 t	18,7 km/t	Kl. 09.00	Kl.15.30	Risør	Lillesand
24. juli:	78	2459 4 t	5,5 t	19,2 km/t	Kl. 10.45	Kl. 16.00	Lillesand	Mandal
25. juli:	41	2500 2 t	4,5 t	20 km/t	kl. 11.30	Kl.16.00	Mandal	Lindesnes

er