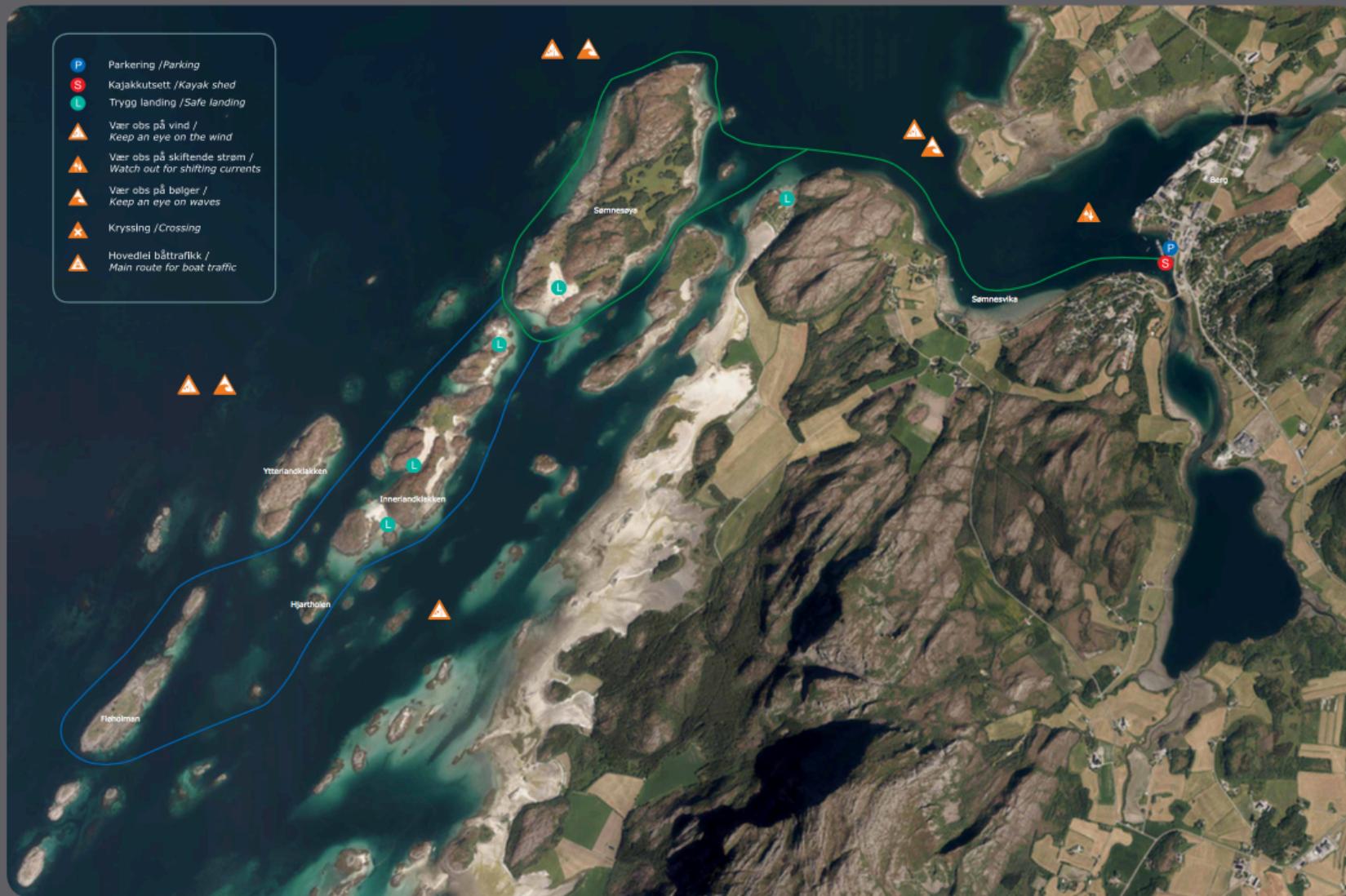


PADLELØYPE I SØMNA



Kriterier for gradering

LET: skjermet farvann. Maks lengde på rute (Dagsetappe) 9 km / 5 nm.
Startpunkt: Enkel naturlig eller tilpasset startpunkt, skjermet vind/bølger: Lett
bris (opp til 5 m/s), 0,1 – 0,5 m bølger.

MIDDEL: noe eksponert farvann. Maks lengde på rute (Dagsetappe) 18 km /
10 nm. Håndlagt startpunkt, naturlig eller tilrettelagt vind/bølger: Laber bris
(opp til 8 m/s), 0,5 – 1,25 m bølger.

Criteria for grading

EASY: Sheltered waters. Max. route distance (day trip): 8km/5nm. Starting point: naturally
sheltered or customized launch; sheltered Wind/waves: gentle breeze (up to 5 m/s), waves of
0.1–0.5m.

MEDIUM: Partly open waters. Max. route distance (day trip) 18km/10nm. Starting point:
manageable, natural or customized launch Wind/waves: moderate breeze (up to 8 m/s),
waves of 0.5–1.25m.



Råd til padleturen:

- Bruk vest:
- Ha pump og årepse tilgjengelig
- Vær obs på vanntemperaturen når du kler deg
- Vær synlig
- Unngå å padle alene
- Vær bevisst på egne ferdigheter
- Si fra hvor du padler
- Vær obs på båttrafikken
- Sjekk værmeldingen
- Ta godt vare på miljøet og vis hensyn til andre

Good advice for kayaking:

- Wear a life vest:
- Have pump and oar bag handy
- Check the water temperature before dressing
- Ensure you are visible
- Avoid kayaking alone
- Know your own capabilities
- Tell someone where you're going
- Keep an eye on boat traffic
- Check weather reports
- Protect the environment and show consideration to others

Nødtelefon/ Emergency telephone



If you need immediate help in an
emergency, call the police: 112.
If you need medical help, call the
medical emergency number: 113

Allmennsretten gjelder i utmark.
Vis hensyn og husk at all ferdsel skjer på eget ansvar.

There is public access to the open countryside.
Be considerate and remember that all access is at your own risk.