

Dagens Løype 2026

Fire gode turforslag



Trondhjems Skiklub



Trondhjems Skiklub ønsker god tur!

Fire flotte merkede turer i Trondheims markaområder!

Det er over 60 år siden vi i Trondhjems Skiklub arrangerte Dagens Løype for første gang. Det ble fort en suksess, som vi har fortsatt siden.

Fra første helg etter vinterferien til helga før påske merkes fire ulike løyper rundt om i marka med Skiklubbens gule bånd. Det er 60 år siden vi i Trondhjems Skiklub arrangerte Dagens Løype for første gang. Det ble fort en suksess, som vi har fortsatt siden.

Med tiden har løyper, turvaner og fritiden forandret seg. Derfor har vi i år endret Dagens Løype til å bli arrangert i det vi ofte ser på som de fire fineste helgene i løpet av vinteren, nemlig i mars. Målet er at de fleste av turene skal gå i en kombinasjon av maskinpreparerte løyper og scooterløyper – noe litt annerledes enn hva man går i til vanlig.

De fleste løypene passerer serveringssteder, hvor det er muligheter for rast. Alle løypene er merket med Skiklubbens merkebånd, slik at det skal være lett å finne frem.

Trondhjems Skiklub ønsker alle en riktig god skitur!



Trondhjems Skiklub

Støtt Skiklubben med ditt medlemskap!

Trondhjems Skiklub har gjennom mer enn 130 år vært byens ledende tilrettelegger av friluftaktiviteter i Trondheimsregionen. Skiklubben er en viktig høringspart i forvaltningssaker som omhandler markaområdene rundt Trondheim. Med ditt medlemskap i Trondhjems Skiklub gir du et viktig bidrag til byens friluftstilbud.

Som medlem bidrar du til:

- Oppkjørte løyper om vinteren
- Merkede løyper
- Vedlikehold av stier og løyper
- Å sette fokus på turfolkets interesser i marka

Som medlem har du følgende fordeler:

- Årsabonnement på magasinet Friluftsliv
- Skiklubbens medlemsblad
- Medlemspris og tidlig påmelding på treningsgrupper og skikurs
- Gratis adgang til Gråkallen Skileik
- Medlemspris TSK sine anlegg
- 25–35% rabatt på skirelaterte produkter hos Hank Sport
- 10–15% rabatt på ordinære varer hos Skandinavisk Høyfjellsutstyr Trondheim
- Rabatterte priser på Byggmakker



Friluftsrådet støtter Dagens Løype

Bli medlem på [skiklubben.no](https://www.skiklubben.no)

RUTEBESKRIVELSE:

Det er klart for årets første tur i en forfriskende løype i marka. Starten for Dagens Løype går fra Nilsbyen. Løypa går forbi Frøset og Klokketjønna fram til Marka.

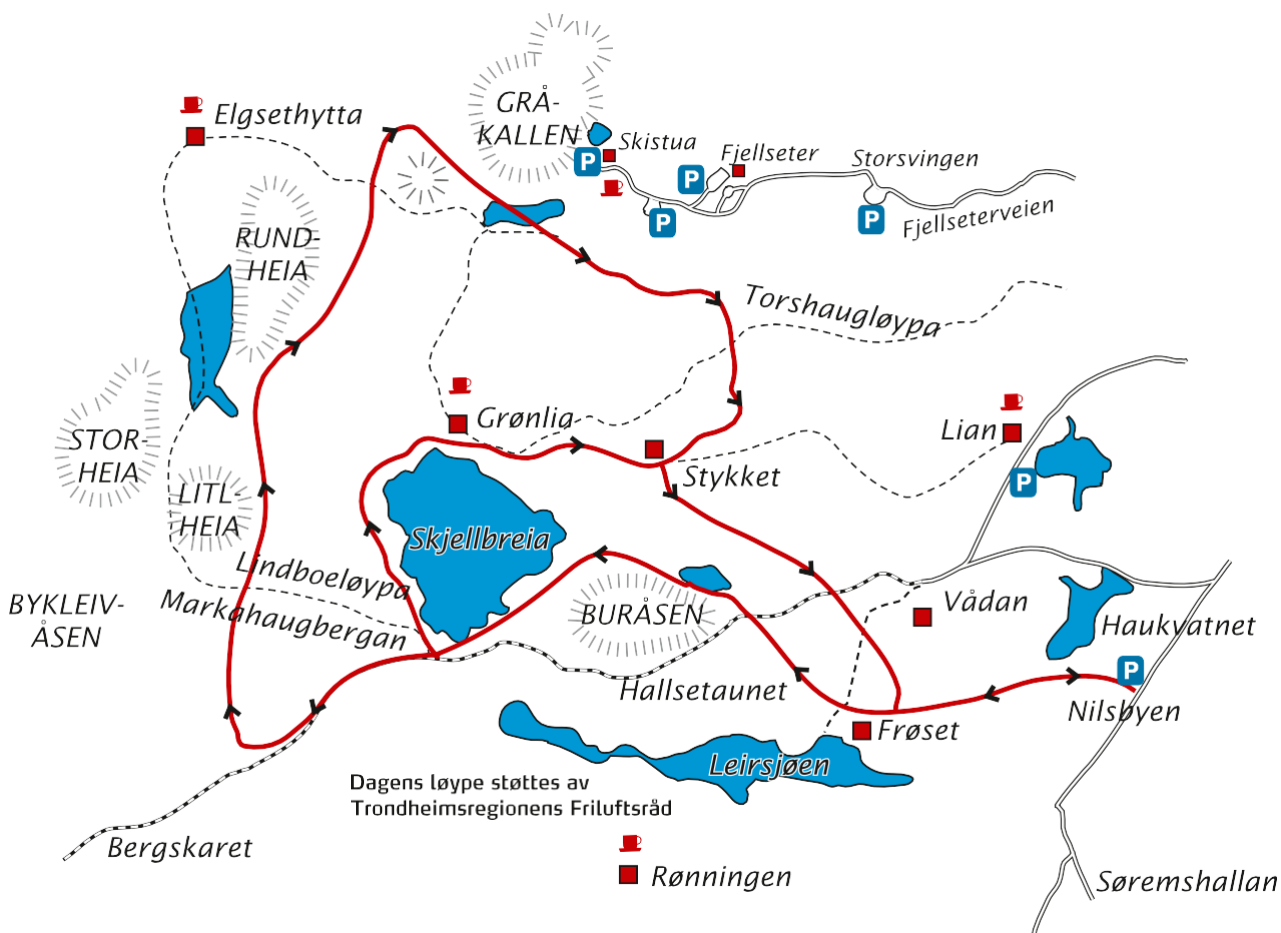
Herfra går kort løype på vestsiden av Skjellbreia fram til Grønli. Lang løype fortsetter fra Marka opp langs Gamle Bynesvei til den tar opp tømmerveien mot Markhaugbergan.

Vi krysser Lindboeløypa under Litlheia og følger deretter maskinpreparert trasé fram til Vintervannshøgda. Så følger vi Torshaugløypa ned til kartoppslaget på Fjellsetermyra hvor vi tar ned mot Stykket. Etter å ha passert Saga er vi kommet inn på sporet mot Nilsbyen igjen, og er snart fremme etter en trivelig og oppkvikkende rundtur.

Løypa er i hovedsak preparert med tråkkemskin, men inneholder også deler hvor løypa er preparert med scooter for anledning.

Dagens løypelegger:
Byåsen IL Orientering

www.byasenorientering.no



Kort løype: 10 km **Lang løype:** 18 km

Buss: Nr. 11 eller 23

Parkering: Nilsbyen

SpareBank 1
SMN



RUTEBESKRIVELSE:

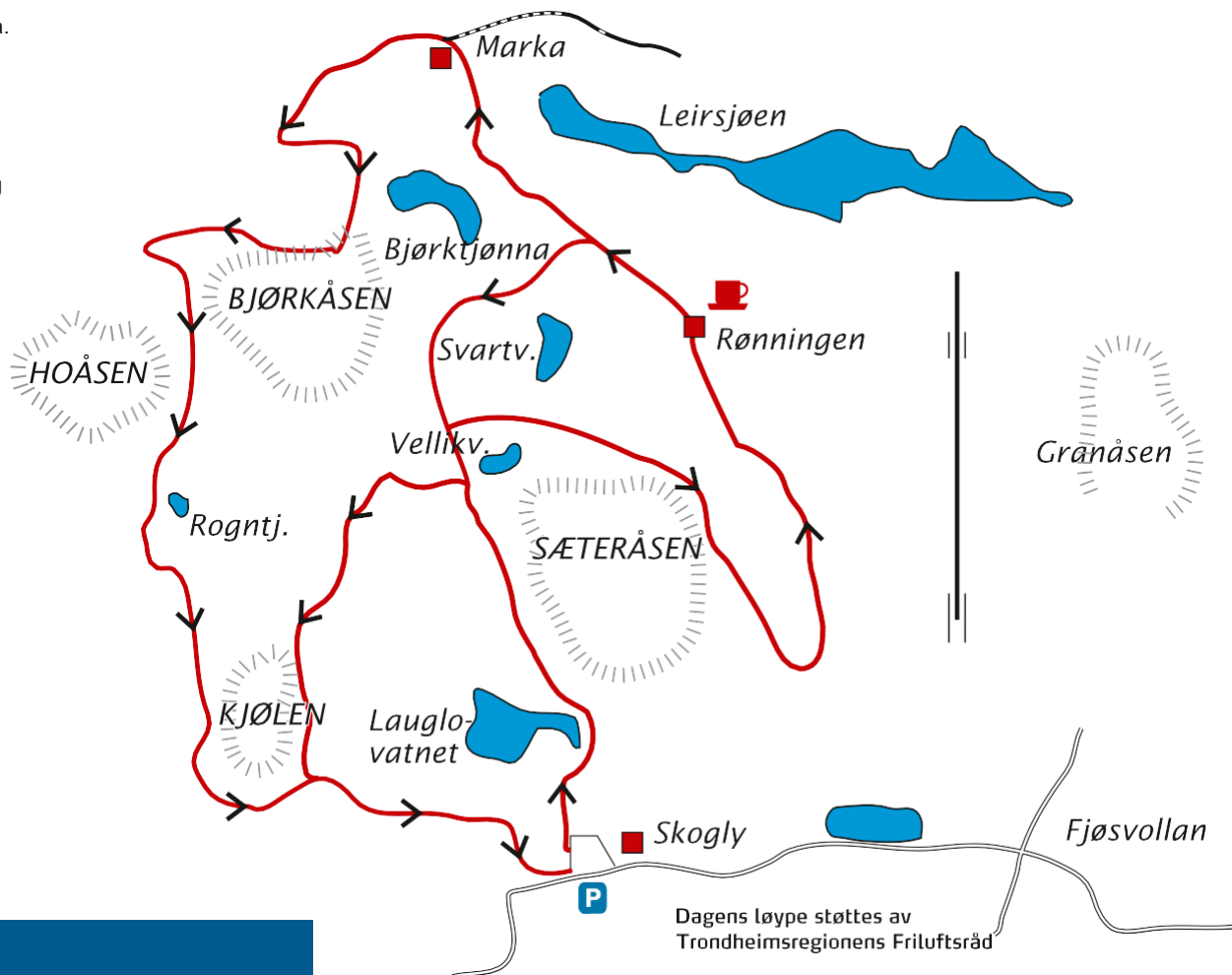
Leinstrandmarka blir arena for utfarten denne helga. Leinstrand Idrettslag har, med utgangspunkt i ski-arenaen på Ringvål, lagt opp til tre valgmuligheter for Dagens Løype – alt etter ens eget kondisjonsnivå. Løypa går på østsiden av Lauglovatnet fram til Vellikvatnet, der den dreier østover og sirkler seg opp til Brumyra.

Herfra går det i slakt og pent terreng unna ned til Bekkkrokan der vi kommer inn på løypa til Rønningen. I kjente trakter følger vi så denne over Leiråsen og inn til Marka. Herfra tilbake til vestsida av Bjørktjønna der vi tar langløypa opp Langdalen. Her får vi bratt stigning opp til Bjørndalsmyra.

Løypa passerer Rogntjønna og vi får frisk unna-kjøring før løypa slakker av på myrene fram mot Skogly. I alt en rundtur på ca 20 km.

Velger vi tilbaketuren om Vellikvatnet, fra Bjørktjønna, går turen i slakkere terreng framover i Lauglomarka og vi korter inn turen noe.

Lettvarianten som passer for de aller minste, og ikke minst de som ikke er i så god form, er på ca. 7 km. Den har Vellikvatnet som innerste punkt.



Kort løype: 7 km **Lang løype:** 20 km

Buss: Nr. 78

Parkering: Skogly

Dagens løype støttes av
Trondheimsregionens Friluftsråd

Dagens løypelegger:
Leinstrand Idrettslag
Leinstrand IL Skiavdelinga frister med nylagde spor oppkjørt av våre meget entusiastiske skipatrioter. Dagens løype i Leinstrandmarka gir oss ei god opplevelse i vakker natur, der vi ikke så ofte ferdes.
VELKOMMEN!

TOBB

RUTEBESKRIVELSE:

Kort løype

Denne starter på Bekken og går opp til Styggdalen og halvveis inn den tar en ned mot Estenstad- og Tømmerholtdammen før løypa går opp til Estenstadhytta og ned lysløypa tilbake til Bekken.

Mellomlang løype

Denne starter på Bekken og går opp og gjennom Styggdalen. Videre går den opp den øvre løypa og kommer inn på Fåfengmyra, før den går mot Rossmo og ned til Reinåsen, videre bort forbi Movollen og opp til Austlitj. Den går så ned i Styggdalen og halvveis inn den tar en ned mot Estenstad- og Tømmerholtdammen før løypa går opp til Estenstadhytta og ned lysløypa tilbake til Bekken.

Lang løype

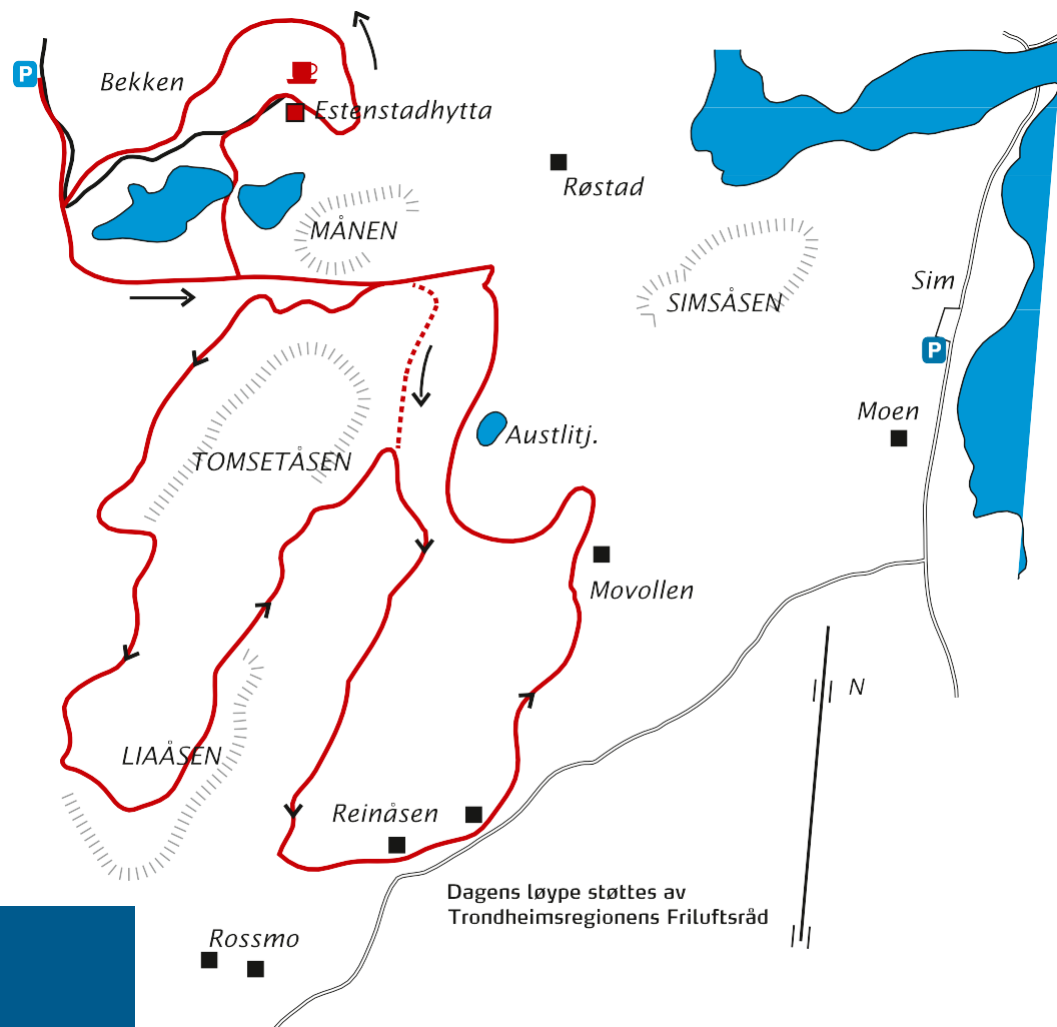
Denne starter på Bekken og går opp og gjennom Styggdalen, videre opp og over Lomtjønnsmyra. Der går den videre til Stakkalhøgda, over Liaåsen og ned til Fåfengmyra. Så går den mot Rossmo og ned til Reinåsen, videre bort forbi Movollen og opp til Austlitj. Den fortsetter ned i Styggdalen og halvveis inn den tar en ned mot Estenstad- og Tømmerholtdammen før løypa går opp til Estenstadhytta og ned lysløypa tilbake til Bekken.

Løypelegger Wing OK ønsker god tur!

Kort løype: 7 km **Middels løype:** 15,5 km **Lang løype:** 20 km

Buss: Nr. 3 eller 12

Parkering: Bekken



Dagens løypelegger:
WING OK

WING OK er en ren orienteringsklubb som driver med orientering både for eliten og massen, samt opplæring for nybegynnere. Besøk vår internettside, www.wingok.no.

RUTEBESKRIVELSE:

Årets siste løype starter fra Fjellseter, og utgangspunktet er lysløypa på sydsiden av Fjellseterveien. Løypa går først i 5-km'ern over Trekantmyra og deretter langs den gamle 3-km'ern i sydkanten av Vintervannsmyra fram til veien inn til Elgsethytta som følges til vestenden av Vintervann. Der starter Vårløypa som går sydover rundt Litlheia og så nordover på østsiden, under Storheia, langs Kvistingen og Litl-Kvistingen og fram til Elgsethytta.

Her er det etter 8,5 km naturlig med en rast. Tilbaketuren legges først langs hovedløypa, men ved Vullumen tar vi av mot venstre og går Kalmarløypa rundt Vintervannshøgda til Vintervannet.

Mot Fjellseter går vi langs sydsiden av Vintervannet og hovedløypa mot Henriksåsen P-plass. Ved Gråkallen Skileik tar vi lysløypa nedover og tilbake til Fjellseter.

Det er Løypelaget i TSK som preparerer Vårløypa gjennom vinteren. .

Dagens løypelegger:
Bymarkveteranene i Trondhjems Skiklub.

Kort løype: 8 km **Lang løype:** 11 km

Buss: Nr. 26

Parkering: Øvre og nedre Fjellseter og Henriksåsen



Trondhjems Skiklub



Trondheimsregionens friluftsråd er et interkommunalt samarbeidsorgan for friluftsliv i Trondheimsregionen bestående av kommunene Malvik, Melhus, Selbu, Skaun og Trondheim. Vi har en målsetting om at alle i sin hverdag skal ha gode muligheter til å drive friluftsliv som en helse- og trivselskappende, naturvennlig fritidsaktivitet. Ut på tur er en sosial positiv aktivitet som passer for alle. **God tur.**

Informasjon om Trondheimsregionens friluftsråd finner dere på www.trondheimsregionen-friluftsrad.no og på



Trondheimsregionens
Friluftsråd



Trondheimsregfriluft
#utitruendelag



TellTur
www.telltur.no

Våre aktiviteter

Føremelding

Trondhjems Skiklub har daglig oppdatert føremelding i skisesongen. Se skiklubben.no for melding fra marka og værstasjon.

Dagens Løype

Siden 1966 har vi arrangert Dagens Løype om vinteren.

Barneskikursene

Vi tilbyr grunnkurs i skiteknikk, løypekurs, skøytekurs, turkurs, snøbrett og slalåm. Arrangeres 24.-25. januar og 31.-1. februar 2026.

Toppidretsveka Sommerskiskole

For aldersgruppen 10–16 år. Se skiklubben.no for mer informasjon.

Markatrimmen

Tradisjonsrikt turrenn i Bymarka. 40 km klassisk seedingsrenn til Birken, i tillegg til 20 km klassisk. Arrangeres 1. februar 2026

Skistua

Bymarkas storstue. Serveringssted. Eies av Stiftelsen Skistua. Her er Skiklubbens kontorer.

Skiutleie

TSK har utleie av tur-ski på Skistua. Se skiklubben.no for åpningstider

Gråkallparken

Alpinanlegg på Lille Gråkallen med park for snowboard og ski. Velegnet bakke for nybegynnere.

Løypekjøring

Vi har prepareringsansvar for den populære Vårløypa i øvre deler av Bymarka. Vårløypa prepareres av frivillig mannskap fra Løypelaget i Trondhjems Skiklub.

Ski Etter Skoletid

Ski etter skoletid er et tilbud til barn i 1.-3(-4.). trinn på utvalgte skoler. Gjennom 4 uker får barna utviklet sine skiferdigheter før foreldrene er ferdig på jobb.

Se skiklubben.no for mer informasjon!

Turforslag

Etter flere år med Søndagsturen har vi endret konseptet til konkrete turforslag du kan gå når det passer for deg. Vi har ulike kategorier som passer fra små til store. Sjekk hjemmesiden vår for alle de flotte turforslagene m/bilder.

Multisportsuka

Multisportsuka er et konsept hvor barna får oppleve og prøve mange ulike idretter og aktiviteter. Alle barn får tett oppfølging av både gruppeledere og instruktører.

Bymarkveteranene

Har du lyst til å jobbe frivillig i marka, kan du slå følge med denne gjengen. På 20 år har de jobbet mer enn 65.000 timer med blant annet vedlikehold av løyper og stier, hyttene, vedproduksjon, benker.

Onsdagstrimmen

En turgruppe i Trondhjems Skiklub som går på tur hver onsdag gjennom hele året. Sjekk vår hjemmeside for mer informasjon.

Trim- og treningsgrupper

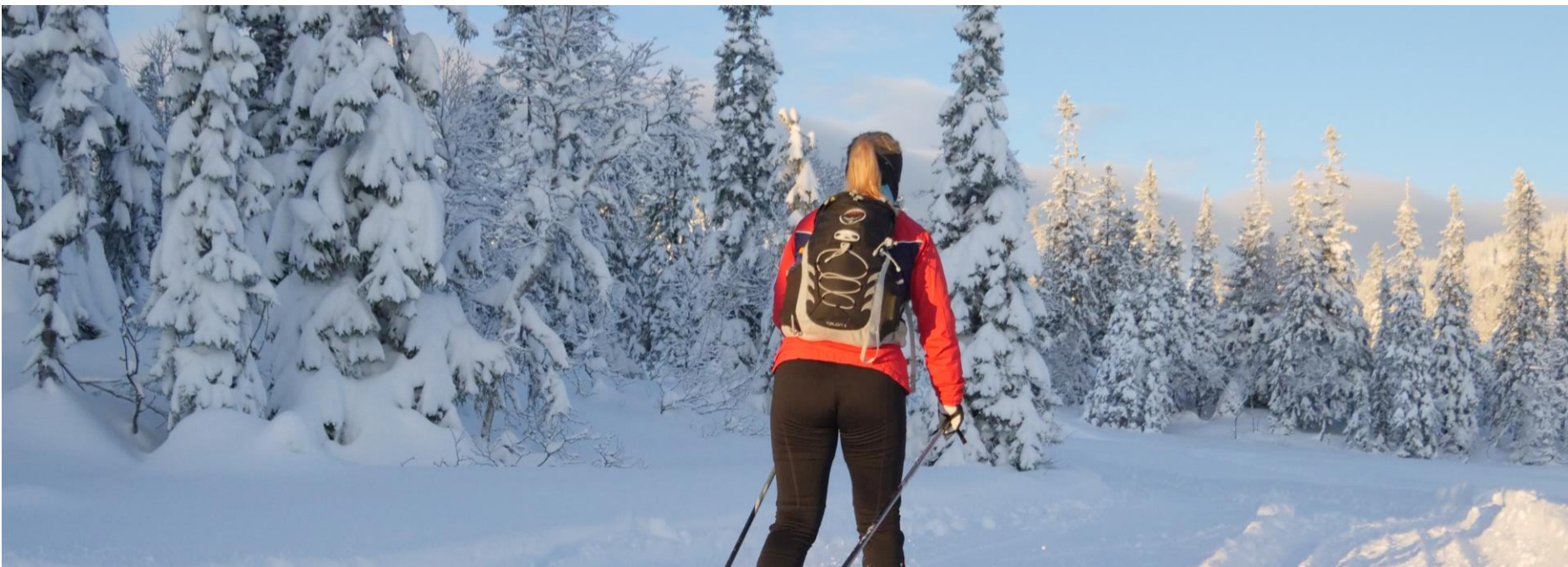
Vi har et bredt spekter av trim- og treningstilbud. Se vårt kurstilbud på skiklubben.no

Til Topps

Ti utvalgte topper i Trondheims marka-områder. Utstyrt med oppslagstavler og kodeord for konkurranse med flotte premier. Mai-oktober.

Gråkallen Skileik

Gråkallen Skileik er et område som er tilrettelagt for barn på ski like ved Skistua i Bymarka. Skileiken inneholder mange spennende elementer.



Er du glad i friluftsliv? Er du en aktiv bruker av marka?

Bli medlem i Trondhjems Skiklub, og støtt vårt arbeid for et aktivt friluftsliv!

Medlemskap i Trondhjems Skiklub er din «aksje» i marka. Siden starten i 1884 har Skiklubben lagt forholdene til rette for byens befolkning.

Noen av våre tilbud:

Gråkallen Skileik
Gråkalldagen
Multisportsuka
Ski etter skoletid
Markatrimmen
Toppidrettsveka
Sommerskiskole

Bymarkveteranene
Onsdagstrimmen
Barneskikursene
Skistua
Skli etter skoletid
Til Topps

Løypelaget
Føremelding
Løypekjøring
Dagens løype
Skikurs
Treningsgrupper



Trondhjems Skiklub

