

## 100 km permanent Fjorden Rundt

En tur rundt om Limfjorden.

Ruten er på ca. 110 km med ca. 525 højdemeter

Ruteansvarlig: Lasse Olesen

### Forslag til stempelsteder:

**Aalborg:** Kvickly, på hjørnet af Peder Skramsgade og Dannebrogsgade

**Skarp Salling:** Brugsen, Brårupvej 2, eller foto

**Gjøl Dæmningen:** foto

Åbne-/lukketider

					Åbne	Lukke
1	START	Aalborg		0 km	00:00	00:00
2		Skarp Salling	47 km	47 km	1:23	3:08
3		Dæmningen	36 km	83 km	2:26	5:32
4	MÅL	Aalborg	26 km	109 km	2:56	6:40

GPS-spor: <https://ridewithgps.com/routes/29000424>

**108.5 kilometers**

## 100 km Aalborg-Skarp Salling-Vejlen

Leg	Dir	Type	Notes	Total
	→	Right	Drej til højre, og følg Kastetvej	0.2
0.8	↑	Straight	Fortsæt ad Skydebanevej	1.0
1.6	→	Right	Drej til højre, og følg Mølholmsvej	2.6
1.3	→	Right	Drej til højre, og følg Under Lien	3.9
0.4	↑	Straight	Tag første frakørsel ad Nørholmsvej i rundkørslen	4.3
8.0	←	Left	Drej til venstre, og følg Restrup Kærvej	12.3
0.8	→	Right	Drej til højre, og følg Munkbækvej	13.2
1.5	←	Left	Drej til venstre, og følg Melleholmvej	14.7
0.8	←	Left	Drej til venstre, og følg Nyrupvej	15.5
0.7	→	Right	Hold til højre for at blive på Nyrupvej	16.2
2.5	→	Right	Drej til højre, og følg Aalborgvej/Rute 187	18.7
1.8	→	Right	Hold til højre	20.5
0.7	←	Left	Hold til venstre	21.2
2.2	↑	Straight	Fortsæt lige ud ad Rute 12	23.3
3.1	←	Left	Drej til venstre, og følg Løgstørvej	26.5
0.1	←	Left	Drej til venstre	26.5
5.0	→	Right	Drej til højre, og følg Halkærvej	31.5
8.9	←	Left	Drej til venstre, og følg Fredsgårdvej	40.4
2.9	←	Left	Drej til venstre, og følg Brårupvej/Lundbyvej	43.3
1.1	→	Right	Drej til højre, og følg Brårupvej	44.5
2.6	→	Right	Drej til højre, og følg Aarsvej/Rute 29	47.0
0.6	→	Right	Drej til højre, og følg Brøndumvej	47.6
1.1	←	Left	Drej til venstre, og følg Aalborgvej/Rute 567	48.7
0.2	→	Right	Drej til højre, og følg Næsborgvej	48.9
1.6	→	Right	Drej til højre, og følg Haugårdsvej	50.5
0.3	←	Left	Drej til venstre, og følg Lyngvejen	50.8
1.3	→	Right	Drej til højre, og følg Vesterkærvej	52.1
0.1	←	Left	Drej til venstre, og bliv på Vesterkærvej	52.2
0.9	←	Left	Hold til venstre, og bliv på Vesterkærvej	53.1
1.7	→	Right	Drej til højre, og følg Aarsvej/Rute 29	54.7
1.0	→	Right	Drej til højre, og følg Brogade	55.8
0.8	→	Right	Drej til højre, og følg Aggersundvej/Rute 29	56.6
0.4	→	Right	Drej til højre, og følg Bejstrupvej	57.0
3.4	↑	Straight	Fortsæt ad Trekronervejen	60.4
2.8	→	Right	Drej til højre, og følg Hødeshøjvej	63.1
1.4	→	Right	Drej til højre, og følg Holmsøvej	64.5

Leg	Dir	Type	Notes	Total
2.8	←	Left	Hold til venstre for at blive på Holmsøvej	67.3
0.7	↑	Straight	Fortsæt ad Attrupvej	68.0
1.5	↑	Straight	Fortsæt ad Erik Banners Vej	69.5
2.5	↑	Straight	Fortsæt ad Valdemars Kær	72.0
1.0	↑	Straight	Fortsæt ad Tøtterne/Rute 12	73.0
5.6	→	Right	Drej til højre, og følg Urbakken/Rute 12	78.6
2.2	←	Left	Drej til venstre, og følg Nørremarksvej/Rute 12	80.8
0.2	→	Right	Drej til højre, og følg Rute 12	81.0
3.8	→	Right	Drej til højre, og følg Bjergets Vej/Rute 12	84.8
1.5	←	Left	Drej til venstre, og følg Nørredigevej	86.3
3.8	←	Left	Drej til venstre, og følg Kjellerupsvej/Rute 12	90.1
3.5	→	Right	Drej til højre, og følg Vejlen/Rute 12	93.7
2.8	←	Left	Drej til venstre, og bliv på Vejlen/Rute 12	96.5
1.5	→	Right	Drej til højre, og følg Thisted Landevej/Rute 11/Rute 55	98.0
4.0	↑	Straight	Tag første frakørsel ad Thistedvej/Rute 55 i rundkørslen	102.0
4.3	↑	Straight	Tag første frakørsel ad Lindholm Brygge i rundkørslen	106.3
0.2	←	Left	Drej til venstre, og følg Anders Nielsens Vej	106.5
0.3	←	Left	Drej til venstre, og følg Rute 12	106.8
0.7	↑	Straight	Tag fodgængeroverføringen	107.5
0.5	←	Left	Drej til venstre, og følg Skudehavnsvej/Rute 12	108.0
0.3	←	Left	Drej til venstre, og følg Ryesgade	108.3
0.1	←	Left	Drej til venstre, og følg Peder Skrams Gade	108.4
0.1	→	Right	Drej til højre, og følg Dannebrogsgade	108.5