

Avstander Hof Toppers Duathlon, 5 topper

Etappe:	Km:	Distanse fra sykkelparkering til toppen:
Start – Vestfjellet (topp2)	10,7 km	2 km 147 høydemeter
Skibergfjell – Hammerborg (topp3)	8,6 km	1,84 km 135 høydemeter
Hammerborg – Djupedalstjern (topp4)	4,4 km	1,35 km 166 høydemeter
Djupedalstjern – Ravnåskollen (topp5)	7,7 km	0,77 km 73 høydemeter
Ravnåskollen- Hofhallen, mål	ca5 km	

Avstander Hof Toppers Duathlon – Løke Challenge, 3 topper

Etappe:	Km:	Distanse fra sykkelparkering til toppen:
Start – Hammerborg (topp2)	11,8 km	1,84 km 135 høydemeter
Hammerborg – Ravnåskollen	11,4 km	0,77 km 73 høydemeter
Ravnåskollen – Hofhallen, mål	Ca 5 km	