

Scandinavia 2019

Day#	Date	Stg#	Stage	Km	T Km	Cycl. Km	T Cycl. Km	Cycl. Time	Km/h	Up (m)	Down (m)
1	Wed 15/05/2019	1	Garbsen — Stade	154,0	154,0	154,0	154,0	10:50	14,2	440	470
2	Thu 16/05/2019	2	Stade — Husum (5.2km by ferry)	136,0	290,0	130,8	284,8	9:34	14,2	240	250
3	Fri 17/05/2019	3	Husum — Ribe	115,0	405,0	115,0	399,8	7:55	14,5	330	320
4	Sat 18/05/2019	4	Ribe — Herning	104,0	509,0	104,0	503,8	6:47	15,3	410	360
5	Sun 19/05/2019	5	Herning — Svenstrup	119,0	628,0	119,0	622,8	8:15	14,4	650	670
6	Mon 20/05/2019	6	Svenstrup — Hjørring	65,7	693,7	65,7	688,5	4:43	13,9	270	270
7	Tue 21/05/2019	7	Hjørring — Mandal (134km by ferry)	201,0	894,7	67,0	755,5	7:09	28,1	740	740
8	Wed 22/05/2019		Mandal		894,7		755,5				
9	Thu 23/05/2019		Mandal		894,7		755,5				
10	Fri 24/05/2019	8	Mandal — Farsund	79,2	973,9	79,2	834,7	6:39	11,9	1.230	1.210
11	Sat 25/05/2019	9	Farsund — Flekkefjord	80,1	1.054,0	80,1	914,8	7:33	10,6	1.430	1.390
12	Sun 26/05/2019	10	Flekkefjord — Egersund	67,2	1.121,2	67,2	982,0	6:16	10,7	1.300	1.380
13	Mon 27/05/2019	11	Egersund — Stavanger	79,5	1.200,7	79,5	1.061,5	7:09	11,1	590	590
14	Tue 28/05/2019	12	Stavanger — Bergen (200km by ferry)	206,0	1.406,7	6,0	1.067,5	6:58	29,5	10	8
15	Wed 29/05/2019	13	Bergen — Brekke (6.2km by ferry)	114,0	1.520,7	107,8	1.175,3	10:05	11,3	1.600	1.610
16	Thu 30/05/2019		Brekke		1.520,7		1.175,3				
17	Fri 31/05/2019	14	Brekke — Førde (6.8km by ferry)	108,0	1.628,7	101,2	1.276,5	8:34	12,6	1.530	1.510
18	Sat 01/06/2019	15	Førde — Olden	104,0	1.732,7	104,0	1.380,5	8:31	12,2	1.200	1.220
19	Sun 02/06/2019	16	Olden — Volda (4km by ferry)	92,8	1.825,5	88,8	1.469,3	7:11	12,9	1.030	1.040
20	Mon 03/06/2019	17	Volda — Ålesund (4.5km by ferry)	73,9	1.899,4	69,4	1.538,7	6:00	12,3	750	740
21	Tue 04/06/2019	18	Ålesund — Molde (12.1km by ferry)	86,8	1.986,2	74,7	1.613,4	6:22	13,6	960	960
22	Wed 05/06/2019	19	Molde — Eide	101,0	2.087,2	101,0	1.714,4	7:32	13,4	870	840
23	Thu 06/06/2019	20	Eide — Valsøybotnen (5.6km by ferry)	88,8	2.176,0	83,2	1.797,6	6:34	13,5	1.050	1.070
24	Fri 07/06/2019	21	Valsøybotnen — Fannrem	83,2	2.259,2	83,2	1.880,8	6:01	13,8	980	1.030
25	Sat 08/06/2019	22	Fannrem — Trondheim	50,0	2.309,2	50,0	1.930,8	3:47	13,2	440	450
26	Sun 09/06/2019		Trondheim		2.309,2		1.930,8				
27	Mon 10/06/2019	23	Trondheim — Bodø (729km by train)	733,0	3.042,2	4,0	1.934,8	10:15	71,5	0	0
28	Tue 11/06/2019	24	Bodø — Hamnøy (Lofoten) (94.3km by ferry)	115,0	3.157,2	20,7	1.955,5	5:19	21,6	0	0
29	Wed 12/06/2019	25	Hamnøy — Valberg (Vestvågøy/Lofoten)	68,3	3.225,5	68,3	2.023,8	5:12	13,1	650	670
30	Thu 13/06/2019	26	Valberg — Laukvik (Austvågøy/Lofoten)	78,7	3.304,2	78,7	2.102,5	5:34	14,1	700	690
31	Fri 14/06/2019	27	Laukvik — Sortland (Langøya/Vesterålen) (8.2km by ferry)	91,0	3.395,2	82,8	2.185,3	6:32	13,9	640	610
32	Sat 15/06/2019	28	Sortland — Bleik (Andøya/Vesterålen)	108,0	3.503,2	108,0	2.293,3	7:23	14,6	550	590
33	Sun 16/06/2019	29	Bleik — Senjahoppen (Senja) (37.4km by ferry)	101,0	3.604,2	63,6	2.356,9	7:03	14,3	1.070	1.070
34	Mon 17/06/2019	30	Senjahoppen — Tromsø (12.4km by ferry)	101,0	3.705,2	88,6	2.445,5	7:35	13,3	940	940
35	Tue 18/06/2019		Tromsø		3.705,2		2.445,5				
36	Wed 19/06/2019	31	Tromsø — Sørkjosen (18.8km by ferry)	134,0	3.839,2	115,2	2.560,7	9:06	14,7	1.040	1.040
37	Thu 20/06/2019	32	Sørkjosen — Langfjordbotn	97,1	3.936,3	97,1	2.657,8	7:21	13,2	1.340	1.360
38	Fri 21/06/2019	33	Langfjordbotn — Rafsbotn	91,2	4.027,5	91,2	2.749,0	7:04	12,9	950	960
39	Sat 22/06/2019	34	Rafsbotn — Russenes	99,4	4.126,9	99,4	2.848,4	7:57	12,5	1.030	1.030
40	Sun 23/06/2019	35	Russenes — Havøysund	88,5	4.215,4	88,5	2.936,9	6:51	12,9	950	950
41	Mon 24/06/2019	36	Havøysund — Honningsvåg (52km by ferry)	71,7	4.287,1	19,7	2.956,6	5:33	12,9	1.130	1.120
42	Tue 25/06/2019	37	Honningsvåg — Kirkenes (419km by ferry)	430,0	4.717,1	11,0	2.967,6	18:08	23,7	0	0
43	Wed 26/06/2019		Kirkenes		4.717,1	30,0	2.997,6	0:00	14,0	0	0
44	Thu 27/06/2019	38	Kirkenes — Inari	200,0	4.917,1	200,0	3.197,6	14:17	14,0	1.520	1.400
45	Fri 28/06/2019	39	Inari — Kemijärvi (270km by bus)	309,0	5.226,1	39,0	3.236,6	5:48	53,2	1.980	1.950
46	Sat 29/06/2019		Kemijärvi		5.226,1		3.236,6				
47	Sun 30/06/2019	40	Kemijärvi — Käylä	96,7	5.322,8	96,7	3.333,3	5:39	17,1	720	630
48	Mon 01/07/2019		Käylä		5.322,8		3.333,3				
49	Tue 02/07/2019		Käylä / Riisitunturi	68,3	5.391,1	68,3	3.401,6	5:15	13,0	630	640
50	Wed 03/07/2019		Käylä		5.391,1		3.401,6				
51	Thu 04/07/2019		Käylä	15,4	5.406,5	15,4	3.417,0	1:04	14,4	150	180
52	Fri 05/07/2019		Käylä		5.406,5		3.417,0				
53	Sat 06/07/2019		Käylä	16,3	5.422,8	16,3	3.433,3	1:15	12,9	140	110
54	Sun 07/07/2019		Käylä		5.422,8		3.433,3				
55	Mon 08/07/2019	41	Käylä — Kemijärvi	97,5	5.520,3	97,5	3.530,8	5:46	16,9	670	750
56	Tue 09/07/2019	42	Kemijärvi — Rovaniemi	87,2	5.607,5	87,2	3.618,0	5:05	17,1	680	740
57	Wed 10/07/2019	43	Rovaniemi — Övertorneå	123,0	5.730,5	123,0	3.741,0	7:21	16,7	910	950
58	Thu 11/07/2019	44	Övertorneå — Boden	144,0	5.874,5	144,0	3.885,0	8:31	16,9	1.300	1.350
59	Fri 12/07/2019	45	Boden — Arvidsjaur	141,0	6.015,5	141,0	4.026,0	8:58	15,7	1.270	880
60	Sat 13/07/2019	46	Arvidsjaur — Sorsele	84,3	6.099,8	84,3	4.110,3	5:18	15,9	680	730
61	Sun 14/07/2019	47	Sorsele — Vilhelmina	139,0	6.238,8	139,0	4.249,3	8:16	16,8	1.070	1.050
62	Mon 15/07/2019		Vilhelmina		6.238,8		4.249,3				
63	Tue 16/07/2019	48	Vilhelmina — Strömsund	128,0	6.366,8	128,0	4.377,3	6:29	19,7	930	1.000
64	Wed 17/07/2019	49	Strömsund — Östersund	100,0	6.466,8	100,0	4.477,3	6:15	16,0	870	840
65	Thu 18/07/2019	50	Östersund — Åsarna	72,9	6.539,7	72,9	4.550,2	5:19	13,7	590	530
66	Fri 19/07/2019	51	Åsarna — Sveg	108,0	6.647,7	108,0	4.658,2	7:46	13,9	1.100	1.110
67	Sat 20/07/2019	52	Sveg — Mora	139,0	6.786,7	139,0	4.797,2	8:54	15,6	1.160	1.350
68	Sun 21/07/2019		Mora		6.786,7		4.797,2				
69	Mon 22/07/2019	53	Mora — Tyfors (Fredriksberg)	117,0	6.903,7	117,0	4.914,2	7:27	15,7		1.000
70	Tue 23/07/2019	54	Tyfors — Kristinehamn	105,0	7.008,7	105,0	5.019,2	6:12	16,9	770	970
71	Wed 24/07/2019	55	Kristinehamn — Skövde	106,0	7.114,7	106,0	5.125,2	6:23	16,6	420	390
72	Thu 25/07/2019		Skövde		7.114,7		5.125,2				
73	Fri 26/07/2019	56	Skövde — Skåremsjö	155,0	7.269,7	155,0	5.280,2	9:34	16,2	910	850
74	Sat 27/07/2019	57	Skåremsjö — Helsingborg	171,0	7.440,7	171,0	5.451,2	11:06	15,4	1.080	1.210
75	Sun 28/07/2019	58	Helsingborg — Ringsted (5.1km by ferry)	101,0	7.541,7	95,9	5.547,1	6:49	14,8	590	550
76	Mon 29/07/2019	59	Ringsted — Rødbyhavn	113,0	7.654,7	113,0	5.660,1	7:06	15,9	510	560
77	Tue 30/07/2019	60	Rødbyhavn — Lübeck (19km by ferry)	114,0	7.768,7	95,0	5.755,1	7:32	15,1	450	440
78	Wed 31/07/2019	61	Lübeck — Lüneburg	90,7	7.859,4	90,7	5.845,8	6:12	14,6	390	370
79	Thu 01/08/2019	62	Lüneburg — Garbsen	141,0	8.000,4	139,0	5.984,8	9:12	15,3	540	510
				8.000		5.985		472:41	16,9	51.070	52.198