



7-Topp Turen, eller populært kalt "Den lokale styrkeprøven" består av syv topper, alle over 700moh. Turen arrangeres av Strand og Forsand Turlag og foregår i Strand kommune. Fra Heiahornet som er turen høyeste topp, er utsikten utover fylket upåklagelig og virkelig et skue for øyet. Turen går igjennom skogkledde lier, nakne fjelltopper og idyllisk terreng.

Sett av 5,5t på den totalt 16,9km lange rundturen.

Deltatt følgende år: 2014, 2015, 2016

Kommune: Strand
Tid: 5,5t rundtur (I tillegg kommer eventuelle pauser)
Lengde: 16,9km rundtur
Merket: Ja (Rødmerket og skiltet)
Terreng: Sti (Stødig fottøy er nødvendig, f.eks lave fjellsko)
Vanskelighetsgrad: [Krevende](#)
Høyde: Heiahornet 773, Småsilhornet 737, Krossfjellet 716, Botnafjellet 708, Naganibba 748, Slåtteknutane 731 og Revafjellet 714m.o.h.

Parkering:



Parkering ved Liarvatnet i Strand kommune.

Med start fra ferjeleiet på Oanes. Fortsetter på Ryfylkeveien 13 mot Jørpeland, skilt til Preikestolen passeres et godt stykke før Jørpeland sentrum. Fortsett langs Botnefjorden inn mot Jørpeland, ta av opp til høyre mot Furuneset på Dalavegen (Fv527). Følg veien til endes opp mot Liarvatnet. GPS posisjon N59 03.075 E6 07.091.

Informasjon:



7-Topp Turen hadde jeg sitt frem til i lang tid, faktisk i over et år. I 2013 ble turen avlyst grunnet skodde, de prøvde riktignok igjen, men da på et tidspunkt jeg dessverre var bortreist på. Det er selvfølgelig mulig å gå turen store deler av året, men det er kjekt å kunne ta del i dette flotte arrangementet, så jeg ventet. Det var mange ved parkeringsplassen, tidspunktet for oppmøte var mellom kl 09.30-10.00. Alle typer mennesker deltok på den lokale styrkeprøven, noen for å slå sin tidligere rekord, mens andre tar livet mer med ro og nyter omgivelsene.



Jeg passerer det regulerte vassdraget som er driftet av Jørpeland Kraft. Ei ny trebro tar meg over Liaråna og bort på ei åpen slette, herfra går grusveien bort mot Småsilbekken. Det er nå den virkelige etappen begynner, og kanskje den verste? Med litt over 300 høydemeter som utgangspunkt pustes det intenst fra samtlige oppover lia, det er varmt og tilnærmet vindstille. Etappen strekker seg helt opp mot Heiahornet med sine 774 meter over havet, uten noen nevneverdige sletter eller onnebakker.



Det er godt skiltet oppover lia, de røde merkene viser også hyppig igjen på steiner og trær. Det er tid for en liten drikkepause, den skogkledd lia er forbigått og snaufjellet har overtatt. Utsikten ned mot Liarvatnet og videre til Jørpeland er virkelig en skue for øyet, jeg fotograferer de flotte omgivelsene. På toppen av Heiahornet er det stor begeistring rundt varden, her henger nemlig tanga til å klippe sitt aller første "7-Topp Turen" symbol.



Jeg har fått klippet mitt aller første merke og legger i vei mot neste fjelltopp. Det er rødmerket på toppene, og stien er tydelig ned på østsiden av Heiahornet. Noen hadde også funnet sin egen lille avstikker ned lia like sør for Heiahornet, hva som lønner seg tidsmessig er jeg usikker på. Langs stien står det flere sauer, en utmerket seg med å stille seg opp på fjellhylla, kanskje den har til vane med å bli fotografert med denne vakre bakgrunnen?



Strand kommune med sin egen lille versjon av Kjeragbolten, riktignok ikke like stor eller like mye besøkt, men absolutt et like fint turmål. Det anbefales å holde avstand, og heller studere fjellformasjonene fra sikker grunn. På vei opp mot Småsilhornet tar jeg det litt med ro, ikke fordi det er kø eller at det går sakte, men fordi små løse steiner fort kan løsne ut og dette ned på personen bak. Småsilhornet ruver hele 737moh, og gir med dette en enorm utsikt over store deler av fylket.



Neste fjelltopp og østligste punkt er Krossfjellet, etterfulgt av Botnafjellet. Det blir undrende stille, faktisk så stille at jeg må kontrollere om jeg er på rett sti, og det var jeg. Små vannputter dekket av hvit myrull pryder terrenget, temperaturen er nærmere 20 varmegrader og det er tilnærmet vindstille i lia. Fra Krossfjellet er utsikten et virkelig skue for øynet, særlig ned mot Holmavatnet og Øyevatnet. De to toppene er besteget, nye symboler er klippet i arket. Det er på tide å fortsette ned mot Naganibba som er avbildet.



Det finnes flere stier videre ned mot Litla Nagatjørna og oppstigningen til Naganibba. En av dem var riktignok ny merket og gikk noen titalls meter lenger øst enn hvor jeg gikk, men stien var i god stand der jeg også gikk. Uansett, det er rettet etter beste evne i GPS sporet nedenfor, slik at du kan ta turen etter "riktig" sti. Strand og Forsand Turlag har tilrettelagt med drikkestasjon like nedenfor turens bratteste etappe, helningen er på hele 27 prosent med en stigning på litt under 200 høydemeter. Det kan være greit å legge igjen sekken nedenfor Nibba.



Etter å ha inntatt et par glass saft fra drikkestasjonen bærer det i vei opp lia, med sekk. Jeg har nemlig planlagt og nyte et par brødsiver og litt sjokolade på toppen, og det var jeg ikke alene om. Jeg er så heldig og har kommet i kontakt med Torbjørn på turen, vi slår følge mot toppen og sammen sitter vi og nyter nistepakken på turens nest høyeste fjell. Utsikten utover Svortingsvatnet og videre ut i horisonten kan ikke beskrives, men må bare oppleves.



Selv om jeg skulle ønske det motsatte, er faktumet at klokka tikker og jeg må videre. Torbjørn og jeg skiller lag, min neste fjelltopp er Slåtteknutane. Nede i Nagaheia er retningen vestlig, terrenget er lettgått og åpent. Med alle toppene friskt i minnet, begynner lårmuskulaturen på nytt å jobbe for fult opp mot Slåtteknutane, en ny topp over 700 høydemeter er besteget. Like fremfor meg går en familie, de to barna hopper av glede rundt foreldrene og nyter det flotte sommerværet i fjellet. Siste og nevneverdige topp er peilet ut, Revafjellet med sine 714moh står for tur.



Holtjørna er passert og stien går ned mot Svortingsvatnet, det er stedvis tett skog desto lenger ned jeg kommer. Lågaliåna bruser med sin kraft ned mot Lågalia, endelig får jeg fylt på vannflasken igjen. Jeg passerer en fin gjeng som tar det hele i et rolig tempo, og nyter hvert sekund av turen ned mot målstreken. For min del er Dalavatnet passert i nordøstlig ende, videre går stien over Furuneset og tilbake til parkeringsplassen via trebroa.

Merk!

- Strand og Forsand Turlag oppgir turen til å vare et sted mellom 4 til 8 timer, vurder din fysiske form opp mot lengde og stigning. Normalt 3km pr.time i ulendt terreng.
- Husk å ta med nok vann, det er svært få plasser langs stien å fylle vannflaska.
- Det er en fordel å være forhåndspåmeldt, mer informasjon legges ut på Strand og Forsand Turlag sine Facebook sider.
- Betaling i skrivende stund var 150kr, for pengesummen støtter en opp om en god sak, samtidig som en muliggjør et slikt arrangement. I tillegg utleveres det en flott T-skjorte med motiv fra 7-Topp Turen.
- 7-Topp Turen, eller populært kalt "Den lokale styrkeprøven" er litt lenger, og byr på noen hundre meter mer stigning en populære 7-Nuts Turen som går i Sandnes kommune.