

## Pressemelding

**Det nærmar seg: 1. mai startar Stikk UT!-sesongen 2019. I år med heile 398 turmål i 30 av kommunane i Møre og Romsdal. Bli med på tur!**

Om lag ti prosent av innbyggjarane i Møre og Romsdal deltok i Stikk UT! i fjor. I år håper vi at endå fleire blir med. Stikk UT! har turar for alle: Lange og korte, flate og bratte, i fjell og fjøre, ved kysten og i innlandet, i skog, ved elvar og vatn. Nokre kan gjennomførast med rullestol, andre krev godt turutstyr og kunnskap om bruk av kart og kompass. Noko av det kjekkaste med Stikk UT! er å oppleve mangfaldet av natur og fine turar som finst i fylket vårt.

Dei to friluftsråda i Møre og Romsdal står bak Stikk UT!, saman med medlemskommunane og hundrevis av frivillige, som set opp skilta, turkassene, legg ut turbøkene og kodane. Stikk UT! er ein kjempedugnad, finansiert av Møre og Romsdal fylkeskommune og Friluftsrådenes Landsforbund.

For deltakarane er det gratis å vere med, og det er enkelt. Registrer deg som brukar på [stikkut.no](http://stikkut.no), så er du i gang. Koden du finn på kvart turmål registrerer du også på [stikkut.no](http://stikkut.no), eller i appen Morotur på mobiltelefonen. Sesongen varer frå 1. mai til 31. oktober.

Turane blir lagt ut på [stikkut.no](http://stikkut.no) og kartbrosjyren kjem i postkassene etter påske.

### For meir informasjon, ta kontakt med:

- Marte Melbø, Stikk UT!-ansvarleg i Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal, telefon 472 52 012 eller e-post [marte@stikkut.no](mailto:marte@stikkut.no)
- May Britt Haukås, dagleg leiar i Sunnmøre friluftsråd, [may@friluftsradet.no](mailto:may@friluftsradet.no), mobil 977 09 653.