

100 % Fjäll!

Ett arrangemang som tar dig direkt ut på fjället redan första dagen följt av sex härliga skiddagar. Skidveckan bjuder på lite annorlunda färdvägar utanför de vanliga lederna, ofta i orörd snö, god mat och trevliga färdkamrater. Några dagsetapper är relativt långa medan andra ger tid för utflykter utan packning. Det högalpina området kring Vistas och Nallo är ett fantastiskt skidområde som är okänt för många. Gränsfjällen vid Unna Allakas är en annan pärla i Lapplandsfjällen som vi besöker under turen.

Några dagsetapper är 20 km eller längre och relativt stora höjdskillnader förekommer. Därför måste du som deltar ha god kondition och erfarenhet från skidåkning med ryggsäck. Som mest bär du proviant för 2 dygn, till det tillkommer gemensam säkerhetsutrustning. Räkna därför med att packningens vikt ökar med 2-3 kg till det du packat hemma.

- Dag 1** Samling i Nikkaluokta ca kl. 12. Lunch på restaurangen. Gemensam transport ca 30 km upp i Vistasvagge. De sista 5 km till Vistas Fjällstuga åker vi skidor då stugan ligger i ett område där skoter och bandvagnstrafiken är starkt reglerad.
- Dag 2** Skidveckan inleds med en dagstur i området kring Vistas. Här finns många spännande alternativ. Terrängen runt stugan är utmanande och högalpin men det finns också dalgångar som erbjuder lite snällare skidåkning, kanske åker vi till Nallo? Väder, vind och gruppens önskemål avgör dagens tur.
- Dag 3** Vi fortsätter norrut genom Vistasvagge, dalgången blir allt trängre och fjällbranterna reser sig nästan 1000 meter ovanför oss! Dagens mål är Alesjaure, här kan du njuta av vedeldad bastu på kvällen. Etappen är ca 18 km och har en höjdskillnad på först + 300 m, sedan -100m
- Dag 4** Vi fortsätter vår skidtur mot nordväst och Unna Allakas. Etappen bjuder både på rejäla stigningar och långa utförlöpor innan stugorna dyker upp. Avstånd ca 15 km och höjdskillnad först + 450 m, sedan – 550 m.
- Dag 5** Dagstur i området runt Unna Allakas. Här finns väldigt fin skidåkning både i lågterräng och i mer alpin miljö. Kanske gör vi en tur över gränsen till Norge? Aktuella förhållanden avgör vad vi hittar på.
- Dag 6** Veckans längsta men ändå lättåkt etapp tar oss till Abisko Nationalpark och Abiskojaurestugorna. Avstånd ca 24 km och höjdskillnad – 200 m.
- Dag 7** Efter frukost tar vi på oss skidorna för sista gången den här veckan. På Abisko Turiststation väntar bastu och mat! Arrangemanget avslutas i samband med tågets avgång ca kl. 16.30. Avstånd ca 15 km och höjdskillnad – 100 m.

Programmet kan ändras beroende på de väder och snöförhållanden som råder vid aktuell tidpunkt. Minimiantal deltagare är 6 och maximiantal är 14.

Rekommenderad minimiålder 18 år

I arrangemanget ingår:

Lokala transporter

Måltid i Nikkaluokta

Logi och proviant i fjällstugorna.

Bastu i Alesjaure.

Bastu och middag på Abisko Turiststation

Säkerhetsutrustning

Färdledare

Extra: Stanna en natt i Abisko, boende och halvpension från 850 kr

Extra: Night visit till Aurora sky station från 590 kr i samband boende i Abisko

Arrangemanget bokar du på Abisko turiststation tel 0980-402 00 eller på lapplandsbokning@stfturist.se Mer information om paketet och annan information hittar du på: www.svenskaturistforeningen.se/ledarleddaskidturer

Välkommen till 100 % fjäll!

Allmän information

Här kommer några praktiska detaljer inför din fjälltur

För att genomföra skidturen krävs god kondition, god erfarenhet från längre skidturer med ryggsäck och normal fysik. Avstånden på dagsetapperna varierar mellan ca 15 och 24 km. Största höjdskillnaden på en enskild etapp är ca 450 m. Ev. toppturer och dagsturer oräknade. Lämplig fjällkarta är BD 6, gärna senaste editionen från 2010.

I stugorna är sängarna utrustade med madrasser, kuddar och täcken. Du tar själv med dig sovsäck. Stugorna är enkla och funktionella ute på fjället. Alla som gästar stugorna hjälps åt med sysslorna, dvs. det är ni själva som sköter matlagning och disk, vatten och vedhämtning, städning etc.

De stugor du kommer att besöka under den här skidturen har 18 - 86 sängplatser, dessutom finns ett antal extra madrasser för golvbäddar som nyttjas om det blir fullt under högsäsong. Bokning i förväg sker inte.

I STF: s fjällstugor finns ingen el. Under vintersäsongen är nätterna långa, därför bör du ta med en liten ficklampa eller pannlampa. Värme får ni från ved eller gasolkaminer. För matlagning finns gasolspis.

Det finns endast nödtelefon i stugorna, som är direkt kopplad till polisen. Mobiltelefon fungerar i allmänhet inte på fjället.

Proviantförsäljning finns i Vistas, Alesjaure, Unna Allakas och Abiskojaure. Där kan ni handla torrvaror och konserver, drycker, godis mm. Det finns inga färskvaror i fjällstugornas sortiment..

Bussgods... Det finns möjlighet att skicka reskläder mm till Abisko för en mindre summa. Ta gärna med en liten väska att packa i. Fraktsedlar finns för utskrift på: www.bussgods.se.

Utrustningslista finns med i dokumentet, tänk på att packa lätt! Till det du packar hemma tillkommer ca 2-3 kg för mat och säkerhetsutrustning. Under en stugtutur skall inte ryggsäcken behöva väga mer än ca 12-14 kg. De flesta tar med för mycket ombyteskläder. Apoteket har toalettartiklar i reseförpackning, välj de minsta och lättaste.

Vätska... Det är jätteviktigt att hålla en bra vätskebalans, annars blir man trött och seg. Förutom termos, tag med en vattenflaska och en kåsa. Tips, stoppa vattenflaskan i en yllesocka eller vante så minskar du risken för att vattnet skall frysa.

Till Nikkaluokta reser du enklast med tåg till Kiruna, sedan med buss. Alternativt med flyg till Kiruna, sedan buss.

Från Abisko reser du enklast med tåg, alternativ med buss till Kiruna, sedan flyg.

Glöm inte att kontrollera din resas ankomst och avresetider så att de stämmer med arrangemangets start och avslut. Boka på www.resplus.se om du ska resa med både tåg och buss.

För mer information om resa till Abisko, kontakta din lokala resebyrå eller se: www.sj.se eller www.sas.se Busstider för länstrafiken hittar du på: www.ltnbd.se

Detaljinformation om tider, färdledare mm, för turer med färdledare skickas till anmälda deltagare ca 2-4 veckor före turstart

God Tur!

Utrustningslista för fjällturer, vinter, stugboende.

Rätt utrustning i ryggsäcken ger en trevligare upplevelse. Gå igenom din utrustning hemma, se till att allt är helt och fräscht. Impregnera gärna ytterkläder och pjäxor. Persedelpåsar håller ordning på småsaker. Dina skidor ska vara av tur eller telemarkstyp och försedda med stålkant.

Detta är vad vi rekommenderar för en längre fjälltur.

Grundklädsel

strumpor och sockor av ull,
2 omgångar.
Underställ av ull/syntet,
lätt, 2 omgångar.
skjorta/tröja som torkar lätt.
vindtäta byxor
anorak/vindjacka
mössa
Leukoplast/Elastoplast
halsduk
högre
handskar tunna/varma

Förstärkningsplagg

dunjacka eller varm tröja, fleece/ull
extra vantar
halsduk, ull

Bära

ryggsäck, ca 60 liter med avbärarbälte

Åka skidor

skidutrustning
damasker
vallor och vallarklots

Orientera

fjällkarta
kompass

Bo och sova

lätt sovsäck
inomhuskläder/skor

Förebygga

solglasögon
skavsårstejp:

solskydd med faktor 15 eller

skidglasögon

Äta mat

termos med mugg
campingbestick
vattenflaska

Övrigt

liggunderlag
kniv
kikare
pjäximpregnering
tändstickor/tändare
liten ficklampa el pannlampa
stighudar

Hygien

tandborste/tandkräm
liten tvål
liten handuk
toapapper
våtservetter