



Kungsleden Abisko – Kebnekaise på turskidor

Färdas genom några av Sveriges största fjälldalar i ett arktiskt vinterlandskap 200 km norr om polcirkeln!

Kungsleden är Sveriges mest kända skid- och vandringsled och nu bjuder vi in dig till ett vinteräventyr som startar i Abisko Nationalpark och slutar bland de mäktiga högfjällen kring Kebnekaise.

Du bor bekvämt på våra fjällanläggningar och i våra fjällstugor längs leden. Guide, logi, måltider och säkerhetsutrustning ingår i aktiviteten.

Några dagsetapper är 20 km eller längre och relativt stora höjdskillnader förekommer. Du som deltar ska 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.

Information om arrangemanget	
Mötesplats	STF Abisko Turiststation
Samling (tid/plats)	Dag 1 kl. 17.00 på Abisko Turiststation
Avslutning (tid/plats)	Dag 8 efter lunch i Nikkaluokta
Deltagarantal (min/max)	Min 6 / max 10
Minimiålder	16 år
För vem?	För dig som vill få en fjällupplevelse tillsammans med andra och vill gå med guide för ökad säkerhet och mervärde.
Erfarenhet	God kondition. Klara av att skida etapper på ca 15-20 km med ca 10-15 kg på ryggen.
Övrigt	<p>Programmet kan ändras på grund av rådande väder-/snöförhållanden eller annan oförutsägbart händelse.</p> <p>Avbokning kan ske fram till 30 dygn innan ankomst, därefter sker ingen återbetalning av erlagt belopp.</p> <p>Uppnår inte arrangemanget minimiantal för genomförande ställs det in minst 30 dygn innan planerad avgång.</p>
Detta ingår i priset	
Logi	1 natt på Abisko Turiststation, 5 nätter i fjällstugor utmed Kungsleden, 1 natt på Kebnekaise fjällstation. Ospecificerad bädd i delat rum.
Måltider	Helpension från middag på ankomstdagen till lunch på avresedagen. Måltiderna på stuga kommer att vara av enklare karaktär och lagas gemensamt.
Transport	Ingen transport ingår i denna tur.
Ledare/Guide	Guide certifierad enligt Fjälledarnormen.

Preliminärt program	
<p>Dag 1: Samling efter sena tågets ankomst på Abisko Turiststation. Gemensam middag och information om veckans program.</p>	
<p>Dag 2: Vi skidar söderut genom Abisko nationalpark till Abiskojaure och STF-stugorna vid sjöns södra strand. Avstånd ca 15 km, höjdskillnad +100 m.</p>	
<p>Dag 3: Idag lämnar vi nationalparken och fjällbjörskogen bakom oss. Alesjaurestugorna ligger inbäddade bland höga fjäll och syns på långt håll. Avstånd ca 20 km, höjdskillnad +300 m.</p>	

Dag 4: Etappen som i dag går upp till Tjäktjastugorna är kort och behaglig.

Avstånd ca 13 km, höjdskillnad +200 m.

Dag 5: Mot högsta punkten på Kungsleden-Tjäktjapasset, 1140 m.ö.h. Dalgången öppnar sig. Dagen bjuder på sagolika vyer och på eftermiddagen är du framme i Sälka.

Avstånd ca 12 km, höjdskillnad +150, sedan -300 m.

Dag 6: Vi fortsätter söderut genom den storslagna u-formade dalen Tjäktjavagge till Singistugorna. Sträckan är lättåkt och du har gott om tid att njuta av vyerna.

Avstånd ca 12 km, höjdskillnad -100 m.

Dag 7: Nu viker leden av mot öster och in i Ladtjovagges dalgång. Vi skidar in i Ladtjovagge och mot Kebnekaise Fjällstation där dusch, bastu och middag väntar. Avstånd ca 14 km, höjdskillnad +150, sedan -150 m.

Dag 8: Till Nikkaluokta. I Ladtjovagges dalgång möter du åter igen björkarna. I Nikkaluokta tar vår vecka tillsammans slut och äter vi en gemensam måltid på den lokala restaurangen. Arrangemanget avslutas i samband med bussens avgång till Kiruna på eftermiddagen.

Avstånd ca 19 km, höjdskillnad -200 m.

Programmet kan komma att ändras beroende på väder och vind.

Utrustning	
Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppgemensam säkerhetsutrustning (första hjälpenkit, lagningskit, vindsäckar, spadar).
Utrustning vi rekommenderar	<ul style="list-style-type: none"> • Turskidor med stålkant • Pjäxor kompatibla med dina skidor • Stavar med stora trugor, 10cm+ • Stighudar, korta är att föredra (om dessa är kompatibla med dina skidor) • Vallor och vallarklots, om du inte har vallningsfria skidor • Termos, minst 0,7L • Vattenflaska • Ryggsäck c:a 60 liter med avbärarbälte • Solglasögon • Goggles • Personlig hygien (liten tvål, resehandduk, tandborste, tandkräm) • Personliga mediciner • Toapapper och skräppåse • Kåsa och spork • Lätt sovsäck att sova i på stuga, komforttemp +/- 0 • Karta (exempelvis Lantmäteriets BD6) och kompass

	<ul style="list-style-type: none"> • Pannlampa • Ditt favoritsnacks • 2 omgångar strumpor/sockor av ull. En tunnare liner och en tjockare att ha ytterst • 2 uppsättningar ullunderställ, ett att ha när du skidar och ett torrt att byta om till i stugan • Vindtäta byxor • Vind/vattentät jacka/anorak • Mössa • Halsduk/buff • Handskar, gärna ett par tunnare handskar att skida i och ett par tjockare tumvantar • Varm tröja, fleece eller ull • Dunjacka eller extra varm stor tröja • Damasker • Skavsårstejp (sporttejp, leukoplast, compeed) • Solskydd med faktor 15 eller högre <p>Mycket av denna utrustning kan du köpa i vår butik i Abisko. Hör gärna av dig innan om du vill vara säker på att en specifik vara finns.</p> <p>Tänk på att packa lätt! Utöver din egen personliga turutrustning tillkommer också mat och vatten samt gruppgemensam säkerhetsutrustning.</p>
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> • Innetofflor • Kamera • Kikare • Bok
Hyra av utrustning	<ul style="list-style-type: none"> • Du kan välja att lägga till ett skidpaket för 1995 kr. I detta paket ingår hyra av turskidor med stålkant, pjäxor, stavar och transport av skidpaketet tillbaka till Abisko. Väljer du att lägga till detta måste du fylla i ett bokningsformulär som du skickar in till abisko.butik@stfturist.se helst inte senare än 60 dagar före ankomst. Kommer formuläret senare än så kan vi inte garantera tillgänglighet av utrustning i rätt storlek.

	<ul style="list-style-type: none">• Kompletterande utrustning finns att hyra i Fjällboden på Abisko Turiststation. Där får du som deltagare i långtur och medlem i STF 30% rabatt på uthyrningspriset. Mer information om vad som finns att hyra, och hur du går till väga hittar du här: https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-abisko-turiststation/butik-uthyrning/
--	---

Praktiska detaljer

För att genomföra skidturen krävs god kondition, god skidvana och normal fysik. Avstånden mellan de olika stugplatserna är 13-23 km. Största höjdskillnaden på en enskild etapp är ca 300 m. Lämplig fjällkarta är BD 6, gärna editionen från 2012 eller senare.

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. I Abiskojaure, Alesjaure och Sälka kan ni dessutom njuta av bastubad!

De stugor du kommer att besöka under den här skidturen har 20 - 78 sängplatser, dessutom finns ett antal extra madrasser för golvbäddar som används 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 pannlampa, stearinljus finns i stugorna. Värme får ni från ved eller gasolkaminer. För matlagning används gasolspis. Om du vill ladda elektronikprylar, ta med en powerbank.

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

Proviantförsäljning finns i Abiskojaure, Alesjaure och i Sälka. På dessa platser kan ni handla torrvaror och konserver, drycker, godis mm. Det finns inga färskvaror i fjällstugornas sortiment.

Om du har med dig packning som du inte vill bära med dig på turen så finns det möjlighet att skicka reskläder mm till Nikkaluokta för en mindre summa. Ta med en liten väska att packa i. För att ordna frakten av en väska till Nikkaluokta kontaktar du Fjällboden på Abisko Turiststation.

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 stugtur skall inte ryggsäcken behöva väga mer än 10-14 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, ta med en vattenflaska och en kåsa. Tips, stoppa vattenflaskan i en yllesocka eller vante så minskar du risken för att vattnet skall frysa.

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

Hitta hit

Till och från Abisko reser du enklast med tåg. Abisko Turiststation har egen järnvägsstation!

Alternativt kan du ta flyg till Kiruna, sedan buss eller tåg vidare till Abisko Turiststation.

Från Nikkaluokta reser du enklast med buss till Kiruna, sedan tåg alternativt flyg.

För mer information om resa till Abisko, besök:

<https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-abisko-turiststation/hitta-hit/>

Frågor och funderingar?

Är det något du undrar över så är du välkommen att ringa eller skriva till oss.

Bokningen:

E-post: bokningen@stfturist.se

Telefon: 010 190 2360

STF Abisko Turiststation:

E-post: abisko@stfturist.se

Telefon: 010 190 2400