



GRÖVELSJÖN – ROGEN MED GUIDE

Följ med på vandring genom vildmarken i Rogens naturreservat. Dagarna spenderas i ett unikt fjälllandskap där guidens kunskap ger en extra dimension till upplevelsen. På kvällarna lagar vi gemensam middag och njuter av brasmys i fjällstugan.

Vi vandrar på stigar som slingrar sig fram i det ovanliga landskapet, mellan stora klippblock och hundraåriga lavbeklädda tallar, över åsar och runt de många fjällsjöar som ger detta område sin unika karaktär. Att övernatta i fjällstuga efter en dagsvandring tar oss längre in i vildmarken. Enkelheten förstärker känslan av lugn och frihet för den perfekta naturupplevelsen.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	STF Grövelsjön Fjällstation
Deltagarantal (min/max)	Min 6 / Max 10
Minimiålder	Min 16 år i målsmans sällskap
För vem?	För dig som vill upptäcka det sparsamt besökta naturområdet kring Rogen och uppleva fjällvärlden från några av områdets fjällstugor

Erfarenhet	God kondition och gärna erfarenhet från vandring med ryggsäck. Du behöver kunna vandra upp till 22 km per dag med en ryggsäck som väger 10–15 kg
DETTA INGÅR I PRISET	
Logi	Boende i eget 2-bäddsrum på station och delat rum i stugorna
Måltider	Helpension (i restaurang på fjällstationen, matlag i stugorna)
Transport	transport mellan Grövelsjön-Käringsjövalen
Ledare/Guide	Certifierad fjälledare
Övrigt	<p>Bastu, WIFI, torkrum, gym, sällskapsrum med spel och böcker finns på fjällstationen</p> <p>Bastu/Butik finns i Rogenstugan</p> <p>Programmet kan ändras på grund av rådande väderförhållanden eller annan oförutsägbar händelse.</p> <p>Avbokning kan ske fram till 30 dygn innan ankomst, därefter sker ingen återbetalning av erlagt belopp.</p> <p>Uppnår inte arrangemanget minimiantalet för genomförande ställs det in minst 21 dagar innan.</p>

PRELIMINÄRT PROGRAM
<p>Denna tur erbjuds i två avgångar. Den först i riktning från Grövelsjön till Käringsjövalen där vi gemensamt åker bil/buss tillbaka till Grövelsjön efter vandringen. Den andra avgången börjar med samling på STF Grövelsjön fjällstation, efter testdagen åker vi med egen buss till Käringsjövalen där vi påbörjar vandringen genom Rogen tillbaka till STF Grövelsjön fjällstation.</p> <p>Avgång 1(26/8–1/9): Grövelsjön-Storrödtjärn-Rogen-Skedbro-Käringsjövalen/Grövelsjön Avgång 2(29/8–4/9): Grövelsjön/Käringsjövalen-Skedbro-Rogen-Storrödtjärn-Grövelsjön</p> <p>Dag 1: Ankomstdagen till Grövelsjön Fjällstation Incheckning från kl 15, gemensam middag innan samling som är kl 20.00. (meddela om du kommer sent med bussen)</p> <p>Dag 2: Testdag på ca 12-15km Frukostbuffé Samling 09.00 inomhus genomgång av packningen sedan går vi ut och testar utrustningen och kompletterar om nödvändigt. Middag i restaurangen på eftermiddagen</p>

Dag 3:

Frukostbuffé och avfärd till enligt överenskommen tid

Avgång 1: Grövelsjön – Storrödtjärn 22km

Avgång 2: bil/buss från Grövelsjön till Käringsjövalen följt av vandring Käringsjövalen - Skedbro 12km

Gemensam middag i stuga

Dag 4:

Gemensam frukost och avfärd enligt överenskommen tid

Avgång 1: Storrödtjärn - Rogen 17km

Avgång 2: Skedbro – Rogen 17km

Gemensam middag i stuga

Dag 5:

Gemensam frukost och avfärd enligt överenskommen tid

Avgång 1: Rogen - Skedbro 17km

Avgång 2: Rogen – Storrödtjärn 17km

Gemensam middag i stuga

Dag 6:

Gemensam frukost och avfärd enligt överenskommen tid

Avgång 1: Skedbro – Käringsjövalen 12km + Buss/bil Käringsjövalen-Grövelsjön

Avgång 2: Storrödtjärn – Grövelsjön 22km

Avslutningsmiddag i restaurangen

Dag 7 Avresedag

Frukostbuffé, Lunchpaket ingår även denna dag

Utcheckning senast kl10.00

UTRUSTNING

Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> • Säkerhetsutrustning • Vindsäck
Utrustning vi rekommenderar	<ul style="list-style-type: none"> • Ryggsäck 45–60 liter • Vandringskängor • Vandringsbyxor • Regnställ/skalställ utan isolerande foder (byxa och jacka med rymlig huva) • Förstärkningsplagg med dun- eller syntetfyllning • Mellanlager i fleece eller softshell • 2x underställ av ull eller syntet • Tshirt i ull eller syntet • Underkläder

	<ul style="list-style-type: none"> • 4 par strumpor, gärna ullblandning, varav 2x tunna och 2x tjocka (ha dubbla på foten för att undvika skavsår) • 2 par handskar/vantar • Mössa och ev. pannband/buff • Keps (för solsken och regn) • Termos och vattenflaska (ca 1L vardera) • Solglasögon och solskyddsfaktor • Skavsårtejp och skavsårsplåster • Toalettartiklar/hygienartiklar • Reselakan/lätt sovsäck, underlakan, örngott • resehandduk • Pannlampa • Kåsa/Mugg + spork • Liggunderlag/sittunderlag • Lätta tofflor (tex Crocs att ha inomhus på fjällstugorna och att bada med) • Myggmedel <p>Förbered dig genom att provpacka ryggsäcken hemma, överstig inte 10-12kg inkl. vattenflaska) snöra på dig vandringskängorna och gör en testvandring för att känna så att allt får plats och känns bra.</p>
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> • Ditt favoritsnacks • Vandringsstavar • Någoting att sysselsätta sig med på kvällen • Powerbank • Öronproppar • Karta och kompass • Egna värktabletter och vätskeersättning
Hyra av utrustning	<ul style="list-style-type: none"> • STF Grövelsjön Fjällstation erbjuder hyra av utrustning. Utbud, priser och bokning - se https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-grovelsjon-fjallstation/butik-uthyrning/ <p>Som STF medlem har du 10% rabatt</p>
Att tänka på	<ul style="list-style-type: none"> • Ditt extra underställ kan användas som ombyte i stugan • Ryggsäcken bör inte väga mer än 10-15kg, vi kommer även att fördela mat som ska bäras mellan stugorna • Vädret kan variera från högsommarvärme till höstkyla

OM OMRÅDET

STF Grövelsjöns fjällstation är belägen 816 meter över havet på sluttningen till Långfjället. Från restaurangens panoramafönster ser du ut över gränsfjällen mot Norge.

Den säregna naturen har inneburit att flera naturreservat och nationalparker bildats både på norska och svenska sidan om gränsen. Mer information finns på <https://www.graenslandet.se/sv/>

HITTA HIT

Se STF Grövelsjön hemsida – Hitta hit

<https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-grovelsjon-fjallstation/hitta-hit/>

FRÅGOR OCH FUNDERINGAR?

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

Bokning: bokningen@stfturist.se / 010 190 23 60

Kontakt, Anläggningen STF Grövelsjön Fjällstation: grovelsjon@stfturist.se / 010 190 24 30