



KUNGSLEDEN ABISKO – KEBNEKAISE

Följ med på en vandring längs den norra delen av Kungsleden. Vi vandrar genom några av Sveriges mäktigaste dalgångar, omgiven av högfjäll och glaciärer. Längs vägen bor vi i fjällstugor och njuter av tiden på fjället.

Följ med på en oförglömlig vandring från Abiskos frodiga nationalpark till Kebnekaises högalpina bergsmassiv. Denna sträcka bjuder på enastående naturupplevelser beroende på när under säsongen du väljer att vandra. I början av sommaren kan vi njuta av midnattssolens ljusa sommarnätter medan slutet av säsongen bjuder på sprakande höstfärger och chans till att se det dansade norrskenet. Denna vandring kräver mycket god fysik och erfarenhet av att bära ryggsäck, då vissa dagsetapper överstiger 20 km och betydande höjdskillnader förekommer. Under vandringen bär du proviant för upp till två dygn utöver din ordinarie packning. Vill du få en upplevelse att minnas för resten av livet är detta vandringen för dig!

Observera! Turen 5–12 september riktar vi oss specifikt till dig som är 55 år eller äldre och vill vandra med deltagare i din ålder.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	STF Abisko Turiststation
Samling	Ankomstdagen kl. 17.00 på STF Abisko Turiststation
Avslutning	Efter lunch i Nikkaluokta på avresedagen
Deltagarantal	Min 6 / max 10
Minimiålder	16 år (I målsmans sällskap)
För vem?	För dig som vill få en fjällupplevelse tillsammans med andra och vill gå med guide för ökad säkerhet och mervärde.
Erfarenhet	För att genomföra vandringen krävs god kondition. Avstånden mellan fjällstugorna varierar mellan 12–21 km, och den största höjdskillnaden på en enskild etapp är cirka 450 meter.
DETTA INGÅR I PRISET	
Logi	Bädd i flerbäddsrums på STF Abisko turiststation. Bädd i flerbäddsrums i fjällstugorna Abiskojaure, Alesjaure, Tjäktja, Sälka & Singi. Bädd i flerbäddsrums på STF Kebnekaise fjällstation
Måltider	Helpension från middag på ankomstdagen till lunch på avresedagen. Måltiderna i fjällstugorna kommer att vara av enklare karaktär och lagas gemensamt.
Ledare/Guide	Certifierad fjälledare
Övrigt	Programmet kan ändras på grund av rådande väder-/snöförhållanden eller annan oförutsägbar händelse. Avbokning kan ske fram till 30 dygn innan ankomst, därefter sker ingen återbetalning av erlagt belopp. Uppnår inte arrangemanget minimiantal för genomförande ställs det in minst 30 dygn innan.

PRELIMINÄRT PROGRAM OCH VANDRINGSETAPPER
Dag 1 – Ankomst till Abisko Vi samlas efter ankomsten av det sena tåget på STF Abisko Turiststation. Här väntar en gemensam middag och genomgång av veckans program. Dag 2 – Abisko till Abiskojaure Vi följer Abiskojojk genom Abisko nationalpark. En relativt lätt vandring till Abiskojaurestugorna, 15 km och en stigning på 100 höjdmeter. Dag 3 – Abiskojaure till Alesjaure, en tur med vacker utsikt och öppna landskap. På kvällen kan vi njuta av en vedeldad bastu. Turen är 21 km med en 300 meters stigning. Dag 4 – Alesjaure till Tjäktjastugorna: Etappen som i dag går upp till Tjäktjastugorna är

kort och behaglig. På kvällen finns tid till att ströva runt och upptäcka. Avstånd ca 13 km, höjdskillnad +200 m.

Dag 5 - Tjäktjastugorna till Sälka Mot högsta punkten på Kungsleden, Tjäktjapasset 1140 m.ö.h. Dagen bjuder på sagolika vyer och på eftermiddagen är vi framme i Sälka där det finns möjlighet till bastu. Avstånd ca 12 km, höjdskillnad +150, sedan -300 m.

Dag 6 – Sälka till Singi Vi fortsätter genom den majestätiska U-formade dalen Tjäktjavagge till Singistugorna. Turen är 12 km och en nedstigning på -100 höjdmeter.

Dag 7 – Singi till Kebnekaise Fjällstation Leden vänder österut och leder oss in i Ladtjovagges dalgång. Vi når STF Kebnekaise Fjällstation, där väntar en dusch, bastu och en vällsmakande middag. Turen är 14 km och en stigning på 150 höjdmeter följt av en nedstigning på -150 meter.

Dag 8 - Kebnekaise Fjällstation till Nikkaluokta Efter en stärkande frukostbuffé påbörjar vi vår vandring mot Nikkaluokta. Efter att ha vandrat längs sjön går vi genom fjällbjörkskogen till Nikkaluokta. Här avrundar vi veckan med en gemensam måltid och reflektion innan bussen tar oss till Kiruna. Turen är 19 km och en nedstigning på -200 höjdmeter.

[För mer information om sträckan och detaljer kring varje etapp, besök STF:s officiella sida om leden.](#)

UTRUSTNING

Utrustning som ingår	Gemensam säkerhetsutrustning såsom kommunikationsutrustning för nödfall samt ett gemensamt första hjälpen-kit. Observera: Ingen personlig utrustning ingår i arrangemanget
Utrustning att ta med	- Vandringskängor som går över vristerna, gärna med uttagbara sulor - Vandringsbyxor (syntet eller bomulls-/syntetblandning) - Skal- eller regnkläder (jacka och byxor) - Två underställströjor och underställsbyxor i ull eller syntet (en för vandringen, en för kvällarna att sova i och som torrt ombyte) - Tunnare tjocktröja i ull eller fleece - Lätt dunjacka eller tjock fleeejacka (förstärkningsplagg) - Tunna ullsockor + tjockare ullsockor (flera ombyten) - Buff och mössa - Fingervantar, gärna vind- och vattenavvisande - Lätta, snabbtorkande extraskor (t.ex. foppatofflor eller lätta gympaskor: för vad och som lägerskor runt stugorna) - Keps eller solhatt - Solglasögon

	• Reselakan och lätt sovsäck (OBS! Du måste alltid ha med minst lakan och örngott, även om du använder sovsäck) • Vandringsryggsäck, ca 50 liter • Ligg- eller sittunderlag för raster • Vattenflaska, 1 liter • Termos och/eller mattermos, minst 0,5 liter (under dagarna behöver vi varmt vatten för att tillaga lunchen samt för varma drycker) • Om man inte tar med mattermos: Kåsa eller matlåda med lock för lunchen • Sked/spork • Miljömärkta hygienartiklar (det finns ingen vattenrening i fjällstugorna) • Lätt resehandduk • Litet första-hjälpen-kit inkl. skavsårsplåster, tejp, smärtstillande och ev. personlig medicin. • Toalettkit (toalettpapper, tändstickor, handdesinfektion) • Solkräm och myggmedel • På turer i augusti/september: pannlampa eller liten ficklampa • Skräppåsar • Dina favoritsnacks
Bra att ha	• Vandringsstavar • Lämplig karta: Calazo, "Kebnekaise, Abisko och Riksgränsen" 1:50.000. • Kompass • Kikare • Mygghatt (ej nödvändigt i september) • Ev. powerbank (det finns ingen el i stugorna) Om vädret ser lovande ut: • 1-2 T-shirts (i ull eller syntet) • Shorts • Badkläder
Tips	• Klä dig enligt lager-på-lager-principen. • Undvik bomull - det kyler när det blir fuktigt. Välj ull eller syntet i stället. Ull har fördelen att det värmer i alla lägen, även vid vila eller efter ansträngning, och luktar mindre; syntetmaterial fungerar endast optimalt vid aktivitet. • Bra att packa ombyteskläderna vattentätt (i vattentäta packpåsar eller vanliga plastpåsar). • Packa lätt. Utöver din egen utrustning tillkommer mat och en viss del gemensam säkerhetsutrustning; räkna med att

	packningens vikt ökar med ca 2 kg utöver det du har packat hemma.
Hyra av utrustning	På STF Abisko turiststation kan du hyra det mesta av utrustning för dina fjälläventyr. För komplett utbud och priser följ denna länk Medlemmar i STF har 15% rabatt.

PRAKTISK INFORMATION

Fjällstugorna

Sängarna är utrustade med madrasser, kuddar och täcken. Du måste ta med reselakan eller en lätt sommarsovsäck + örngott (obligatoriskt att kunna täcka alla sängtextilier). Stugorna är enkla och funktionella och saknar el. Värmen kommer från ved- eller gasolkaminer, och matlagning sker på gasolspis. Stearinljus finns. Alla gäster hjälps åt med sysslor som matlagning, disk, vatten- och vedhämtning samt städning. Allt skräp måste bäras ut, förutom rena metallburkar.

Det finns provianthandel i Abiskojaure, Alesjaure och Sälka. Här kan du köpa torrvaror, konserver, drycker och godis (ej färskvaror). Sortimentet kan vara begränsat sent på säsongen. Bastu finns vid Abiskojaure, Alesjaure och Sälka.

Notera: Nödtelefon finns i stugorna och är direktkopplad till polisen. Mobiltelefon fungerar oftast inte på fjället.

Midnattssolen och ljusförhållanden

Midnattssolen lyser mellan cirka 15 maj och 31 juli, vilket ger fullt dagsljus dygnet runt. I augusti-september behöver du ta med en pannlampa, då det blir mörkare om nätterna och chans för att se norrsken.

Packningstips

En välpackad ryggsäck med din personliga utrustning ska väga 10–12 kg. Många tar med för mycket kläder; använd ombyteskläder smart och byt till ett set som du inte vandrar i på kvällarna. Det går även bra att tvätta enstaka klädesplagg för hand i stugorna. Apoteket erbjuder toalettartiklar i reseförpackningar – välj de lättaste alternativen.

Frakt av packning:

Om du har packning som du inte vill bära med dig under vandringen finns möjlighet att skicka den till Nikkaluokta för en mindre avgift. Ta med en liten väska att packa i och kontakta Fjällboden på STF Abisko Turiststation för att arrangera frakten.

Vätskebalans och vatten

Det är viktigt att hålla en bra vätskebalans för att må bra under turen och undvika skador. Förutom en termos, ta med en vattenflaska och en kåsa. Kristallklart rinnande vatten finns oftast längs leden. På kalfjället kan det dock vara långt mellan bäckarna, särskilt under sensommaren, så planera din vätsketillgång noga.

Detaljinformation

Anmälda deltagare får detaljerad information om tider, guide och andra viktiga uppgifter cirka **2–3 veckor före turstart**.

FÖRSÄKRING UNDER STF-AKTIVITET

Du som är medlem i STF och deltar i en aktivitet som arrangeras av STF omfattas då av en olycksfallsförsäkring som gäller under aktiviteten. Försäkringen gäller även för barn i medlems sällskap till och med det år barnet fyllt 15 år, ledare samt stugvärdar vid STF.

[Läs mer om olycksfallsförsäkring vid STF-aktivitet här.](#)

OM OMRÅDET

Abisko ligger 250 km norr om polcirkeln, hit lockas besökare från hela världen för att uppleva polarnätterna på vintern, där norrskenet dansar över himlen, och midnattssolens oändliga ljus på sommaren.

Turiststationen är belägen i en av Sveriges första nationalparker – Abisko nationalpark och är en perfekt utgångspunkt för dig som vill bo bekvämt och samtidigt utforska den storslagna naturen. I söder sträcker sig Kungsleden fram mellan den ikoniska Lapporten – som på samiska heter Čuonjavággi – och berget Njulla på den andra sidan. I norr strax före den norska gränsen breder Skandinaviens största fjällsjö, Torneträsk, ut sig.

Härifrån kan du delta i guidade turer, hyra utrustning eller få hjälp att planera din egen färd. Med sin unika kombination av dramatiska landskap, lättillgängligt friluftsliv, polarfenomen och biologisk mångfald är Abisko en plats som inspirerar och berör på djupet.

HITTA HIT

Till Abisko reser du enklast med tåg, då perrongen ligger precis utanför turiststationen. Ett alternativ är att flyga till Kiruna och fortsätta med buss eller tåg till Abisko.

[Här hittar du vägbeskrivning och tips på hur du kan resa till Abisko turiststation](#)

FRÅGOR OCH FUNDERINGAR?

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

Bokning, mail: bokningen@stfturist.se, telefon: [010-190 23 60](tel:010-1902360)

Anläggningen, STF Abisko Turiststation: abisko@stfturist.se, telefon: 010 - 190 24 00