



Helags - Toppbestigning

Helags sydtopp med sina 1797 m.ö.h är Sveriges högsta topp söder om polcirkeln. Turen är otroligt vacker, med Helags branta östvägg som möts upp av Sveriges sydligaste glaciär. Få ut mer av din toppbestigning med en av våra kunniga guider. Bättra på din fjällkunskap och lär dig mer om fjällets historia, kultur, flora och fauna. I ett för gruppen lagom tempo tar vi oss upp mot toppen så långt vädret tillåter.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	STF Helags Fjällstation. Vandrigen till och från fjällstationen planerar och genomför du på egen hand.
Samling (tid/plats)	In-check från 15.00 ankomstdag, middag kl 18.00
Avslutning (tid/plats)	Efter frukost på avresedag
Deltagarantal (min/max)	Min 4, max 8.
Åldersgräns	12 år i målsmans sällskap.
För vem	För den som vill testa att bestiga toppen.
Erfarenhet	Turen innebär ca 9 km vandring och 800 höjdmeter.

DETTA INGÅR I PRISET	
Logi	Boende 2 nätter i vald rumstyp, natten innan och natten efter fjällrävssafari. Du väljer mellan bädd i flerbäddsrum eller eget fyrbäddsrum (vid bokning för min 2 personer).
Måltider	Helpension 2 dagar (från middag på ankomstdag till matsäck på avresedag). Meddela ev. specialkost i förväg.
Ledare/Guide	Certifierad fjälledare.
Övrigt	Programmet kan ändras på grund av aktuella väder- och 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 tre veckor innan.

PRELIMINÄRT PROGRAM
<p>Dag 1 Ankomstdagen, in-check från kl. 15.00, middagen serveras kl. 18.00.</p> <p>Dag 2 Dagen för topptur. Frukost kl. 08.00-09.00, då gör du också ditt matsäck till turen. Samling kl. 09.00 i Storstugan. Vi vandrar gemensamt mot toppen, en vandring på ca 9 km och 800 höjdmeter. Guiden anpassar turen efter gruppen och vädret. Vi kommer att vara tillbaka i god tid för att hinna duscha och basta innan middagen kl. 18.00.</p> <p>Dag 3 Frukost och göra matsäck kl. 8.00-9.00 och sedan utcheck kl. 10.00.</p>

UTRUSTNING	
Utrustning som ingår (fördelas på gruppen)	<ul style="list-style-type: none"> • Vindsäck • Sjukvårdsutrustning
Utrustning vi rekommenderar	<ul style="list-style-type: none"> • Ryggsäck 30-45 liter med avbärarbälte och regnskydd. • Kängor gjorda för vandring (ej löparskor) • Vandringsbyxor • Regnställ/skalställ utan isolerande foder (jackan bör ha en rymlig huva) • Förstärkningsplagg (varm jacka med dun- eller syntetfyllning)

	<ul style="list-style-type: none">• Mellanlager i fleece eller softshell• Underställ av ull eller syntet• Underkläder• Varma strumpor och sockor, gärna i någon typ av ullblandning• Handskar/vantar• Mössa och ev. pannband/buff• Termos och vattenflaska (ca 1L vardera)• Solglasögon och solskyddsfaktor• Kåsa/Mugg
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none">• Termos, går att låna om du inte har.• Sittunderlag• Myggmedel• Vandringsstavar• Extra vantar

OM OMRÅDET

Vid foten av Sveriges högsta topp söder om polcirkeln ligger Helags Fjällstation. Hit kommer skidåkare och vandrare för att bestiga toppen eller bara njuta av fjällstationens utbud av serverad mat avkopplande miljö.

HITTA HIT

Se STF Helags Fjällstation – [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

Bokning, telefon: 010 190 23 60

Kontakt, anläggning: STF Helags. helags@stfturist.se

Vi ser fram emot att få göra denna tur tillsammans med dig. Varmt välkommen!