



Grövelsjön – Ut och njut (vinter)

Under några härliga vinterdagar gör vi tillsammans lagom långa skidturer, både till klassiska utflyktsmål och guidens personliga favoriter. Vi anpassar turerna efter deltagarnas förmåga och väder för att kunna njuta av att bara vara i fjällen.

Grövelsjöfjällen har många fantastiska utflyktsmål, med guidens lokalkännedom ser vi till att göra ett urval av det bästa turerna för att du inte ska gå miste om någonting. Arrangemanget riktar sig till dig som vill uppleva fjällvärlden i ett lugnare tempo med fokus på att vara utomhus och inte på att skida vare sig snabbt eller långt. Vi bygger upp dagarna med olika teman för att skapa en tydlig röd tråd genom hela vistelsen. Med mer kännedom om områdets historia och kultur, natur och djurliv samt praktiska tips kring skidåkning och fjällsäkerhet skapar vi tillsammans en extra minnesvärd upplevelse. Ut och Njut är både namnet och målet med arrangemanget och vad är bättre än att komma tillbaka till fjällstationen efter dag på fjället för att ta en varm avslappnande bastu, njuta av en vällagad middag i restaurangen och avrunda kvällen i sällskapsrummet framför en brasa.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	STF Grövelsjön Fjällstation
Deltagarantal	Min 6 / Max 12
Minimiålder	16 år i målsmans sällskap

För vem?	För alla som vill umgås, njuta av skidturer, lugnet, varandras sällskap och god mat.
Erfarenhet	Du behöver vara van skidåkare samt klara av skida hela dagar i olika typer av fjällterräng med dagsturspackning.

DETTA INGÅR I PRISET	
Logi	<ul style="list-style-type: none"> Eget rum i vald rumstyp. (Möjliga rumstyper 2-bäddsrum budget eller 4-bäddsrum standard) Lakan och handduk ingår i rum med dusch/WC. (ingår i standardrum). Incheckning från kl. 15.00, utcheckning senast kl. 10.00 Slutstädning ingår alltid.
Måltider	<ul style="list-style-type: none"> Helpension med middag på ankomstdagen till matsäck avresedagen. (meddela eventuella allergier och specialkost i samband med bokning). Matsäck packar du själv i samband med frukosten.
Ledare/Guide	<ul style="list-style-type: none"> Fjällguider som leder turer och aktiviteter
Övrigt	<ul style="list-style-type: none"> Bastu, WIFI, sällskapsrum med spel och böcker finns på fjällstationen. Programmet kan ändras p.g.a. rådande väder-/snöförhållanden eller annan oförutsägbar händelse. Avbokning kan ske fram till 30 dygn innan ankomst, därefter sker ingen återbetalning. Uppnår inte arrangemanget minimumantalet för genomförandet ställs det in minst 21 dagar innan.

PRELIMINÄRT PROGRAM
<p>Dag 1 - Ankomstdagen</p> <p>Du äter middag gemensamt med de andra deltagarna på ankomstkällen, ett perfekt tillfälle för att lära känna varandra inför veckan.</p> <p>Dag 2</p> <p>Frukostbuffé serveras i restaurangen, du packar med din matsäck innan samling kl. 09.00. Vi börjar dagen med ett välkomstmöte inomhus där vi går igenom programmet och viktiga utrustningsdetaljer, därefter rör vi oss ut på fjället (Se till att ha med er packning till mötet).</p> <p>Dag 3-5 – Dagsturer</p> <p>Du äter frukost i restaurangen och packar din matsäck inför de kommande dagsturerna. Under dagarna njuter vi av Grövelsjöfjällens variationsrika miljöer. Pauserna för fika, lunch samt bara glädjen av att vara ute tillsammans. Vi skidar i ett lugnt tempo för att kunna njuta till fullo av vinterfjället.</p>

Dag 6 - Hemresedag

Efter en härlig långfrukost väntar hemfärd.

UTRUSTNING

Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> • Spade • Stighudar • vindsäck
Utrustning vi rekommenderar	<ul style="list-style-type: none"> • Turskidor/Fjällskidor gärna vallningsfria med stålkant, med BC-bindning. • Stavar med större truga • Turpjäxor i skinn • Underkläder och strumpor av ull eller syntet • Dubbla strumpor (tunnare liners mot foten minskar risken för skavsår) • Underställ av ull eller syntet • Mellanlager av ull eller fleece • Skalplagg som tål väta, gärna jacka med luva • Mössa/ pannband + buff • Handskar/vantar (gärna 2 par) • Förstärkningsplagg (varm dun- eller syntetjacka) • Ryggsäck 30-40L (dagsryggsäck) • Termos (1L) med hett vatten + vattenflaska • Matlåda att packa matsäcken i • Kåsa/mugg • Solglasögon + skidglasögon • Skavsårsplåster + solskyddsfaktor • Enklare första förband (guiden har ett större) • Sitt-/liggunderlag
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> • Snödamasker (skalbyxor har ev. samma funktion) • Innetofflor • Extra ombyte • Pannlampa • Powerbank/laddare till telefonen
Hyra av utrustning	<ul style="list-style-type: none"> • I vår uthyrning finns utrustning såsom vandringskängor, regnkläder, ryggsäck, vandringsstavar och termos. Medlemmar får 15% rabatt. Grövelsjön fjällstation - Butik & uthyrning

OM OMRÅDET

STF Grövelsjöns Fjällstation ligger på 816 meters höjd, strax under trädgränsen på Långfjällets sluttning. Från restaurangens panoramafönster kan du njuta av en fantastisk utsikt över gränsfjällen mot Norge, vyer som skiftar med årstiderna. Den unika naturen i området har lett till att flera naturreservat och nationalparker har inrättats på både den svenska och norska sidan. tillsammans bildar det stora orörda naturområden som främjar

både växt- och djurlivet samtidigt som det öppnar upp stora möjligheter för fjällturer och friluftsliv.

HITTA HIT

Se STF Grövelsjön hemsida – [Här hittar du vägbeskrivning och tips på hur du kan resa miljövänligt](#)

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)

STF Grövelsjön Fjällstation: grovelsjon@stfturist.se , telefon 010 190 24 30