



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 Sveriges högsta berg, Kebnekaise.

En av våra duktiga guider visar vägen och 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 ankomst till Nikkaluokta

Deltagarantal (min/max)	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	God kondition. Klara av att skida etapper på 20 km med ca 10-15 kg på ryggen.
Övrigt	Programmet kan ändras på grund av rådande väder-/snöförhållanden eller annan oförutsägbart 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 planerad avgång.
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 i stugorna kommer att vara av enklare karaktär och lagas gemensamt.
Transport	Ingen transport ingår i denna tur.
Ledare/Guide	Guide certifierad enligt Fjälledarnormen.

Preliminärt program

Dag 1: Samling efter sena tågets ankomst på Abisko Turiststation. Gemensam middag och information om veckans program.

Dag 2: Vi skidar söderut genom Abisko nationalpark till Abiskojaure och STF-stugorna vid sjöns södra strand. Här kan vi njuta av en vedeldad bastu! Avstånd ca 15 km, höjdskillnad +100 m.

Dag 3: Idag lämnar vi nationalparken och fjällbjörskogen bakom oss. Alesjaurestugorna ligger inbäddade bland höga fjäll och syns på långt håll. Här finns bastu att njuta av! Avstånd ca 21 km, höjdskillnad +300 m.

Dag 4: Dagens etapp som går upp till Tjäktjastugorna är kort och behaglig. Avstånd ca 13 km, höjdskillnad +200 m.

Dag 5: Mot högsta punkten på Kungsleden – Tjåktjapasset, 1140 m.ö.h. Dalgången öppnar sig, dagen bjuder på sagolika vyer och på eftermiddagen är du framme i Sälka. Här finns bastu att njuta av!

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

Dag 6: Vi fortsätter söderut genom den storslagna U-formade dalen Tjåktjavagge 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 15 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 arrangemanget avslutas i samband med bussens avgång till Kiruna.

Avstånd ca 19 km, höjdskillnad -200 m.

Programmet kan komma att ändras beroende på väder och vind.

Utrustning	
Utrustning som ingår	• Gruppgemensam säkerhetsutrustning (första hjälpenkit, lagningskit, vindsäckar, spadar).
Utrustning vi rekommenderar	• Turskidor med stålkanter • Pjäxor kompatibla med dina skidor • Stavar med stora trugor, 10cm+ • Stighudar, korta är att föredra (om dessa är kompatibla med dina skidor) • Valla och vallakloss, om du inte har vallningsfria skidor • Termos, minst 0,7L • Vattenflaska • Ryggsäck ca 60 liter med höftbälte för att avlasta axlarna • Solglasögon • Goggles/skidglasögon • Personliga hygienartiklar (liten tvål, resehandduk, tandborste, tandkräm) • Personliga mediciner och första hjälpen • Skavsårstejp (sporttejp, leukoplast, compeed) • Toapapper och skräppåse • Kåsa och spork • Liggunderlag eller större sittunderlag • Lätt sovsäck att sova i i stugorna, komforttemp +/- 0

	• Karta (exempelvis Lantmäteriets BD6) och kompass • Pannlampa • Ditt favoritsnacks • 2 uppsättningar strumpor/sockor av ull. Två par tunnare liner och två par 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- och 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 • Solskydd med faktor 25 eller högre 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. Tänk på att packa lätt. Utöver din egen personliga turutrustning tillkommer också mat och vatten samt gruppgemensam säkerhetsutrustning.
Bra att ha	• Innetofflor • Kamera • Kikare • Bok
Hyra av utrustning	Du kan välja att lägga till ett skidpaket för denna tur. 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 ha svårt att säkerställa tillgänglighet av utrustning i rätt storlek. Kompletterande utrustning finns att hyra i Fjällboden på Abisko Turiststation. Där får du som deltagare i långtur och medlem i STF 15 % 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 12-21 km. Största höjdskillnaden på en enskild etapp är ca 300 m. Lämplig fjällkarta är BD 6, gärna 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, det betyder att det är ni själva som sköter matlagning och disk, vatten, 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.

I STF:s fjällstugor finns ingen el. Under vintersäsongen är nätterna långa och du bör därför ta med en pannlampa. Stearinljus finns i stugorna. Värme får ni från ved- eller gasolkaminer och för matlagning används gasolspis. Om du vill ladda elektronikprylar, ta med en powerbank.

Det finns endast nödtelefon i stugorna, som är direktkopplad 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 via Bussgods. 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 längre upp i detta dokument, tänk på att packa lätt! Till det du packar hemma tillkommer ca 2-3 kg för mat och säkerhetsutrustning. Under en stugtur ska 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. Ett tips är att stoppa vattenflaskan i en yllesocka eller vante så minskar du risken för att vattnet skall frysa.

Detaljinformation om tider, färdledare mm skickas till anmälda deltagare ca 2 veckor före turstart.

Tiderna på bussens avgång från Nikkaluokta varierar från år till år. I de fall som bussen enbart avgår tidigt från Nikkaluokta så kommer vi arrangera en separat transport för deltagarna till en kostnad motsvarande busskostnaden, som betalas i receptionen på STF Abisko. Detta för att njuta av frukosten på STF Kebnekaise fjällstation och turens sista dag. En preliminär tid för en sådan avgång är ca kl 15.

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