



Grövelsjön – Stugtur Rogen runt (vinter)

En stugtur genom Rogens naturreservat är för dig som vill ta nästa steg inom turskidåkning. Det betyder att vi skidar längre ut i fjällvärlden där varje dag erbjuder en ny naturupplevelse och nya berättelser om området.

Att skida med en guide som navigerar fram genom fjället och berättar om intressant kuriosa längs vägen bidrar till den där extra dimensionen som i slutändan gör upplevelsen så mycket rikare. Vi fyller skiddagarna med att ta oss fram i det unika landskapet av sjöar och åsar, kalfjäll och gammelskog. Väl framme i stugorna Rogen och Hävlingen väntar en värmande bastu. På kvällarna lagar vi gemensam middag. Det utlovas trevliga samtal och hög mysfaktor framför stearinljus och braskaminen i stugan. Totalt sträcker sig turen drygt sex mil fördelat på fyra etapper innan vi återvänder till fjällstationen. En perfekt tur för dig som vill utmana din turskidåkning och vara med om minnesvärda upplevelser.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	STF Grövelsjön Fjällstation
Deltagarantal (min/max)	Min 6/ Max 10
Samling (tid/plats)	Middag 18.30 följt av välkomstmöte kl 20.00
Avslutning	Inget program på avresedagen.
Minimiålder	Från 16 år i målsmans sällskap

För vem?	För alla som vill uppleva fin turskidåkning i Grövelsjön- och Rogenområdet samt bo i fjällstugor ute på fjället.
Erfarenhet	Du ska vara en van tur- eller längdskidåkare med god fysik som klarar att vara aktiv i upp till 8 timmar och 22km i kuperad terräng, dvs klara både utförsåkning och stigning med flerdagarspackning.

DETTA INGÅR I PRISET	
Logi	• Logi 3 nätter på fjällstation - bädd i flerbäddsrum (OBS kan bli mixade rum män/kvinnor på fjällstation, likaså i stugorna) • Logi 3 nätter i bädd i 3 olika fjällstugor – kräver eget reselakan. • Incheckning från kl. 15.00. • Utcheckning senast kl. 10.00. • Slutstädning ingår på fjällstationen.
Måltider	• Helpension: Middag, frukost, matsäck. I fjällstugorna lagar vi maten tillsammans utifrån befintligt utbud i stugorna. Tips: Ta själv med ditt favoritsnacks.
Ledare/Guide	• Fjällguide som leder turer och aktiviteter
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 minimiantalet för genomförande ställs det in minst 21 dagar innan.

PRELIMINÄRT PROGRAM
Dag 1 - Ankomstdag Du kan checka in från kl 15, kl 18.30 är ett gemensamt bord bokat för gruppen i restaurangen. Vi börjar med ett välkomstmöte kl 20.00 efter att den sena bussen anlänt. Vi går igenom packning och program för veckan som kommer. Dag 2 - Test-tur på cirka 15km Frukostbuffé i restaurangen och du packar med din matsäck innan samling. Vi gör en dagstur i området kring fjällstationen. Detta blir ett utmärkt tillfälle att testa utrustningen samt att kropp fungerar som den ska. Väl åter på fjällstationen väntar en avkopplande bastu innan vi slår oss ner vid den framdukade middagen. Dag 3 - STF Grövelsjön Fjällstation – STF Storrödtjärnstugan ca 21km. Efter att ha avnjutit frukostbuffén, packat lunchpaket och våra ryggsäckar samlas vi för att skida från STF Grövelsjön Fjällstation över Långfjället och vidare upp till

Storrödtjärnstugan som ligger på 870 meter över havet. Här lagar vi gemensam middag och spenderar vår första stugnatt.

Dag 4 – STF Storrödtjärnstugan - STF Rogenstugan ca 12 km

Dagens etapp börjar med att skida utför genom fantastisk gammelskog fylld av varglav ner till Rogensjön, därefter går vi på sjön norrut mot Rogenstuga. Här finns både en liten butik om man vill fylla på sitt snacksförråd eller köpa något gott att äta på under kvällen. Här finns även en bastu att värma sig i efter dagen etapp.

Dag 5 – STF Rogenstugan - Hävlingenstugorna ca 18km

Dag 5 kommer till största delen vara platt då vi skidar fram på sjöarna Rogen, Bredåsjön och Hävlingen. Passagerna mellan sjöarna bjuder på fin skogsskidåkning i glesa tallskogar bestående av träd som är flera hundra år gamla. Väl framme vid Hävlingen bor vi uppdelat i olika stugor, vi kan avnjuta ett bastubad innan middagen som vi lagar tillsammans.

Dag 6 - Hävlingenstugorna – STF Grövelsjön Fjällstation ca 14km

Vi vinkar adjö till Hävlingens stugvärd och tar siktet mot fjällstationen igen. Uppe på Långfjället står Dalarnas högsta fjäll Storvätteshåga. Sista kilometrarna glider vi ner mot fjällstationen. Där det finns möjlighet till en afterfjälldryck innan det är dags för bastu, dusch och en god middag.

Dag 7 - Avresedag

På avresedagen är inget planerat, det är fri hemfärd när man vill eller om man behöver passa eventuell kollektivtrafik.

UTRUSTNING

Utrustning som ingår

- Spade
- Stighudar
- Vindsäck

Utrustning att ha med

- Turskidor gärna vallningsfria med stålkant och BC-bindning.
- Stavar med stor truga
- Turpjäxor
- Underkläder och strumpor av ull eller syntet.
- Dubbla strumpor (tunnare mot foten + tjockare utanpå) + ett extra set strumpor i ombyte
- Underställ av ull eller syntet + 1st extra ombyte
- Mellanlager av ull eller fleece
- Skalplagg (jacka + byxa) som tål väta, gärna jacka med luva
- Mössa/ pannband + buff (gärna 2 par)
- Handskar/vantar (gärna 2 par)
- Förstärkningsplagg (varm dun- eller syntetjacka)
- Ryggsäck ca. 60-70L
- Termos (1L) med hett vatten + vattenflaska
- Kåsa(mindre), Matteredos med bestick
- Solglasögon (för sol) + skidglasögon (för vind)
- Skavsårplåster + solskyddsfaktor

	• Enklare första förband (guiden har ett större) • Pannlampa • Skidvalla om du har vallningsbara skidor • Hygienartiklar + Resehandduk (toapapper) • Öronproppar • Sitt- eller liggunderlag • Snödamasker (skalbyxor har ev. samma funktion) • Reselakan/ tunn sovsäck (täcke + kudde finns i stugorna) • Linne och handduk till fjällstationen om du inte hyr till det vid bokningstillfället.
Bra att ha	• Innetofflor • Mobiltelefon + Powerbank/laddare till telefonen • Karta + kompass (ej krav men kul att ha)
Hyra av utrustning	• I vår uthyrning finns utrustning såsom vandringskängor, regnkläder, ryggsäck, vandringsstavar och termos. Medlemmar får 15% rabatt. Grövelsjön fjällstation - Butik & uthyrning
Att tänka på	• Du kan använda ditt extra torra underställ som ombyte i stugan. • Ryggsäcken bör väga max 15-20kg, inkl. den mat och dryck som vi delar upp mellan oss och hjälps åt att bära mellan stugorna.

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 fjälltur 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**

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